

Escapade

À LA DECOUVERTE DE LA LOZERE
en randonnée accompagnée

Grands Causses
Gorges du Tarn
Mont Lozère
Margeride
Aubrac

**Parcours
personnalisés**

Contact :

Olivier GINGEMBRE

Accompagnateur en Montagne

04 66 47 04 23 (journée)

04 66 45 84 34 (soir, week-end et jour férié)

randoescapade@orange.fr

Site internet : randoescapade.perso.sfr.fr

Vous voulez parcourir la Lozère autrement,
vous appréciez les découvertes et aimez l'aventure,
vous voulez fêter un événement particulier au grand air,
ou vous voulez simplement vous dégourdir les jambes,

ENEZ AVEC MOI EN **randonnée accompagnée**

- départ possible à tout heure et à tout moment de l'année ;
- en individuel, en famille ou en groupe ;
(amis, comités d'entreprise, clubs sportifs, associations, classes vertes, ...)
- convivialité et surprises assurées !

***J'organise et accompagne des randonnées
adaptées à vos envies !***

Tarifs et conditions à définir ensemble selon vos souhaits, n'hésitez pas à me contacter pour tous renseignements.

Osez vous échapper !!



Escapade

BIVOUAC EN PLEINE NATURE

(individuels, groupes, familles)

Contact :

Olivier GINGEMBRE

Accompagnateur en Montagne

04 66 47 04 23 (journée)

04 66 45 84 34 (soir, week-end et jour férié)

randoescapade@orange.fr

Site internet : randoescapade.perso.sfr.fr

Osez vous échapper !!

Le bivouac est une expérience d'**évasion intense** : une nuit passée au contact des éléments naturels (les rumeurs du crépuscule, la météorologie, les astres, ...) apporte un apaisement et un dépaysement inégalables.

ENEZ AVEC MOI EN

bivouac accompagné

- départ en fin d'après-midi, retour vers midi le lendemain ;
- en individuel, en famille ou en groupe ;
(amis, comités d'entreprise, clubs sportifs, associations, classes vertes, ...)
- convivialité et surprises assurées !

Je vous propose de découvrir et de vivre en toute sérénité un bivouac dans un site exceptionnel spécialement choisi.

Tarifs et conditions à définir ensemble selon vos souhaits, n'hésitez pas à me contacter pour tous renseignements.

**Tentez
l'expérience
en toute sérénité !!**

L'engagement éco-responsable

● *La randonnée*

La plupart des sites les plus intéressants sont aussi les plus fragiles !! Nous veillons donc à limiter au maximum l'impact de notre passage en incitant au respect et à la protection des espèces végétales et animales rencontrées, des paysages et activités locales (pas de cueillette intempestive, pas de dérangement volontaire des animaux sauvages et troupeaux, respect des clôtures, ...).

● *Le transport*

Les déplacements vers les points de départ de randonnées sont réduits au maximum et, dans tous les cas rentabilisés : rapport trajet en véhicule / objectif de la randonnée optimisé, organisation systématique du co-voiturage. Les navettes randonneurs sont proscrites au profit des transports en commun.

Le transport des bagages ce fait... à dos d'homme !! En plus de l'impact écologique que représente le portage des bagages par véhicule, la conception d'un sac à dos de randonnée compact et le plus léger possible aide à prendre conscience du superflu dont on croit ne pas pouvoir se passer. Le fruit de cette expérience est à utiliser sans modération dans la vie courante !

● *Les emballages et les déchets*

Le meilleur déchet est celui qu'on ne produit pas !! Fort de cet adage, nous veillons à acheter sans emballage ou à les réutiliser pour confectionner des ustensiles légers et pratiques en randonnée (gobelet, boîte étanche, ...). La gestion des déchets est optimisée et le tri sélectif toujours réalisé : ce qui peut être brûlé l'est au fur et à mesure de notre progression, les déchets ultimes sont compactés et jetés dans le container le plus proche... même plusieurs jours après.

● *L'eau et l'alimentation*

Afin d'éviter un déchet supplémentaire et pour réduire les dépenses énergétiques (dont les émissions de CO₂) dues à la production et au transport de bouteilles plastiques, des gourdes sont remplies avec l'eau du robinet ou des sources rencontrées en chemin.

Le juste milieu est recherché entre l'approvisionnement en produit bio (suppression des pesticides et des engrais de synthèse, polluants pour les sols et l'eau) et l'achat de produits de fabrication locale (réduction du transport, soutien de la vie locale, gain de poids à porter).

● *Le pique-nique et le bivouac*

Ces haltes sont les moments cruciaux de notre journée d'éco-responsable ! Ils cumulent piétinement de la zone occupée, production de déchets, émission de bruits, pollution des sols et des eaux, ... Nous veillons donc à respecter l'équilibre des lieux (limitation de nos déplacements, pas de coupe de végétaux, récupération de TOUS les déchets, silence maximum, ...) et à ne pas utiliser de produits chimiques en eau courante (toilette, vaisselle).