



TRAVERSEE DU MASSIF DES VOSGES - PARTIE NORD

Type: Trail

Mode: Liberté

Durée: 4 jours



Partez sur les sentiers sinueux de trail dans le Parc Naturel des Vosges du Nord de Wissembourg à Wangenbourg. Cet itinéraire passe dans les Vosges du Nord dites gréseuses de part sa géologie magnifique aux Hautes Vosges granitiques, il relie depuis le Grand Wintersberg (581 m), les nombreuses forêts jusqu'à Wangenbourg. Ce programme séduisant de 4 jours de trail en itinérance, concocté par des passionnés de sport outdoor en montagne, spécialistes du trail et habitant le territoire, vous fera respirer l'oxygène des vastes forêts vosgiennes et admirer les nombreux châteaux alsaciens en grès des Vosges.

SEJOURS RANDO NATURE 13 rue des Proyes 88250 LA BRESSE e-mail : sejournandonature@gmail.com www.sejournandonature.com T : 06.73.33.31.35

PROGRAMME

ACCUEIL

Si vous êtes en voiture : Le jour de votre choix à Wissembourg (67)

Si vous êtes train : Le jour de votre choix à Wissembourg (67)

Si vous arrivez en retard, ou si, pour une raison quelconque vous ne pouvez pas être au rendez-vous, prévenir absolument Séjours Rando Nature (Numéro d'urgence : Tél. 06.73.33.31.35).

Accès voiture : Route de la Pépinière près du cimetière de Wissembourg

Parking : Parking public et gratuit près du cimetière de Wissembourg

Accès train : Gare SNCF de Wissembourg

Ligne Strasbourg – Haguenau – Wissembourg – Neustadt (D)

Accès bus : Réseau 67

Ligne 314 Lauterbourg – Wissembourg

Ligne 316 Wissembourg – Climbach – Lembach

Ligne 317 Navette du château fort de Fleckenstein (En saison)

DISPERSION

Le jour 4 à Wangenbourg vers 17h00.

Retour bus : Réseau 67

Ligne 232 Wangenbourg – Wasselonne

Ligne 230 Wasselonne -Strasbourg

Ligne 420 Wasselonne - Saverne

Si vous êtes en voiture, une navette taxi (en option) vous ramènera à Wissembourg. Autre option possible, transfert de votre véhicule à Wangenbourg.

NIVEAU

4 chaussures de Trail

4 à 8h de Trail par jour

Itinéraire avec des dénivelés de 800 à 1500m en montée

Pistes et sentiers, avec également des portions sur routes goudronnées.

HEBERGEMENT

3 nuits en hôtels ou chambres d'hôte

Base chambre de 2 personnes avec sanitaire complet.

Supplément chambre individuelle pendant la randonnée : + 89 € /personne pour les 6 nuits.

Les coordonnées des hébergements vous seront fournies avec votre dossier de randonnée.

Hébergement avant ou après la randonnée :

Si vous souhaitez arriver la veille ou repartir le lendemain, nous pouvons vous réserver une demi-pension supplémentaire en hôtel à Wissembourg ou à Wangenbourg.

PORTAGE DES BAGAGES

Vous portez uniquement vos affaires de la journée et le pique-nique. Les bagages sont transportés par les taxis locaux. (En option) (Maxi 15kg)

GROUPE

A partir de 4 personnes

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Matériel obligatoire à emporter dans votre sac pendant la journée

- Une veste imperméable et respirante légère (type Goretex Paclite).
- Un vêtement chaud type polaire (si possible coupe-vent).
- Une couverture de survie.
- Une trousse à pharmacie légère (pansements anti frottements, bande de strapping, crème anti frottements, aspirine, du désinfectant dans le cas où vous auriez des ampoules ou une plaie à soigner).
- Un sifflet et une boussole.
- Une paire de lunettes de soleil (avec cordon si elles sont trop lâches, pour ne pas les perdre pendant que vous courez).
- Un téléphone portable même si on ne capte pas sur tout le long du parcours.

Equipement de la journée (selon les conditions)

- Un tee-shirt respirant (près du corps) et une polaire sans manches.
- Un collant de running (si température froide ou mauvais temps) ou un short de course à pied (si bonnes conditions).
- Une casquette ou un bandana, un bonnet léger et des gants fins.
- Des chaussettes de running (sans couture, anti glissement) ou des chaussures de trail (testées auparavant).
- Une poche à eau ou bidons sur le sac (1,5 litres au minimum).
- Du papier-toilette et un briquet pour le brûler ou papier toilette biodégradable.
- Une paire de bâtons, une lampe frontale, du ravitaillement personnel (barres de céréales, boisson énergétique).
- Une boîte hermétique (type tupperware) un couteau de poche, un gobelet en plastique et des couverts pour les pique-niques.

Bagages

- Un sac à dos adapté au trail.
- Un sac de voyage souple avec cadenas (un seul par personne, 10 kg maximum) restant à l'hébergement.

Divers

- Des vêtements de rechange.
- Des chaussures aérées pour reposer et aérer vos pieds après la journée de course.
- Quelques sachets plastique pour protéger vos affaires.
- Une trousse de toilette et une serviette de bain.
- Des lacets de rechange, une aiguille et des fils
- Un bouchon de pipette de rechange.
- Des piles de rechange pour la frontale.
- Un survêtement ou similaire pour la nuit.
- Le complément de votre pharmacie personnelle.
- Une carte d'identité ou un passeport en cours de validité.

DATES ET PRIX

Départ possible à votre convenance tous les jours du 1er Mai au 31 Octobre 2020.

Tarifs 2020 : 349 €/personne en demi-pension

Options :

- 3 pique-niques : + **39 €**/personne (A réserver à l'inscription)
- Chambre individuelle pendant la rando : + **89 €**/personne pour les 3 nuits
- L'assurance annulation : + **4 %** du prix du séjour /personne

LE PRIX COMPREND

- L'organisation de la randonnée
- Les 3 demi-pensions + taxes de séjour
- Le transport des bagages par les taxis locaux

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les boissons et dépenses personnelles
- Les repas de midi (Option possible)
- L'assurance annulation - rapatriement (Option possible)
- Les suppléments chambre single
- Le transport pour rejoindre le lieu de départ de votre séjour
- Le transport pour vous ramener au point de départ de votre séjour