



WEEK-END BRAME DU CERF

Type: Randonnée à pied

Mode: Accompagné

Durée: 2 jours



C'est un événement incontournable qui se produit tous les ans, entre septembre et octobre : les cerfs des Hautes Vosges se mettent à bramer. Dès la fin de l'été, le cerf mâle entre dans sa période de rut et sa célèbre brame peut s'entendre à des kilomètres à la ronde. Il peut ainsi perdre jusqu'à 20 % de son poids pour séduire une femelle. Les combats de mâles font également partie de la vie des cerfs durant cette saison. Avec un peu de chance, vous pourrez observer cette scène atypique.

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

PROGRAMME

Jour par jour

Jour 1 Xonrupt

Arrivée votre hébergement accueilli par votre accompagnateur en moyennes montagnes.

Dîner repas marcaire puis direction la salle pour la présentation du cerf. Ensuite, on s'équipe chaudement et on se balade à la belle étoile à l'écoute du brame du cerf.

Jour 2 Xonrupt

Fin de votre séjour après le petit-déjeuner.

Possibilité de faire une rando à la journée ou 1/2 journée pour continuer à découvrir les Hautes-Vosges (En option)

Pratique

ACCUEIL

Le Jour 1 à Xonrupt vers 19h00

DISPERSION

Le Jour 2 à Xonrupt après le petit-déjeuner

NIVEAU

Niveau 1

HEBERGEMENT

En auberge de montagne, 1 nuit en chambre double

Base chambre de 2 personnes avec sanitaire complet

Supplément chambre individuelle pendant la randonnée : + 20 €/personne pour la nuit

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

GROUPE

De 4 à 12 personnes

ENCADREMENT

Accompagnateur en Moyennes Montagnes diplômé d'Etat

MATERIEL FOURNI

Batons et lampes frontales prêtés

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

- Une carte d'identité ou un passeport en cours de validité.
- Il y a des distributeurs de billets en ville : Prévoir des espèces, votre carte bancaire et votre chéquier (Les CB ne sont pas acceptées partout).
- Un couteau, des couverts, une gourde d'1 litre minimum, une boîte hermétique type tupperware pour emporter les pique-niques du midi, et un ou deux sacs poubelles (Pour vos affaires de journée en cas de pluie).
- Une petite pharmacie personnelle (Aspirine, vitamine C, pansements, élastoplasme, double peau type "compeed" pour les ampoules).
- Un sac à dos léger, confortable, muni d'une ceinture ventrale, 20 litres minimum (Affaires de la journée, pique-nique, gourde, crème solaire, polaire, jumelles...).
- Une paire de chaussures de marche : C'est votre moyen de transport pour cette semaine, il faut donc y être à l'aise. Le Massif des Vosges ne présente pas de dénivellation très importante mais les chaussures de marche restent nécessaires, notamment dans certains passages empierrés. Elles doivent être étanches (rosée du matin ou pluie). Ne choisissez pas des chaussures trop lourdes avec coque plastique, elles seraient pour vous un handicap. Les semelles doivent être crantées et avoir une bonne tenue (Type vibram ou contagrip). Dans tous les cas, mettez vos pieds (et vos chaussures !) à l'épreuve avant la randonnée.
- Un short, un pantalon souple, éventuellement étanches, et en tous cas légers même mouillés. Evitez les jeans qui n'ont aucun avantage, sinon de tenir chaud quand il fait beau, et froid quand il pleut.
- Même en plein été, il peut faire frais ! Alors, pensez à prendre des affaires chaudes (Un polaire ou un pull en laine).
- Les sous-vêtements sont idéalement en fibre polyester évitant le phénomène d'éponge.
- Un maillot de bain pour vous détendre dans les piscines, les spas ou les thermes en fin de journée.
- Les survêtements répondent à deux impératifs : Ils permettent à l'organisme de respirer et ils sont fonctionnels et extensibles.
- Les chaussettes en bouclettes sont confortables et évitent les ampoules. L'idéal est parfois de panacher une paire très fine et une plus épaisse par-dessus.
- Des lunettes de soleil, une crème solaire et un chapeau pour les têtes sensibles.
- Contre la pluie, idéalement, prenez une veste goretex imperméable, sinon, amenez une cape ou une pèlerine imperméable.
- Un peu de papier hygiénique car les toilettes pendant la journée sont derrière les arbres !

- Les indispensables vivres énergétiques : Fruits secs, chocolat, barres de céréales et pourquoi pas une spécialité de votre région à partager.
- Une paire de tennis ou des chaussures fines très confortables pour reposer les pieds le soir.
- Une lampe de poche ou frontale pour les déplacements nocturnes, et boules quiez si vous craignez les ronfleurs.
- Votre téléphone portable, mais sachez qu'il ne passera pas partout.

DATES ET PRIX

- Du 17/09/2021 au 18/09/2021 : 100 €/personne
- Du 18/09/2021 au 19/09/2021 : 100 €/personne
- Du 24/09/2021 au 25/09/2021 : 100 €/personne
- Du 25/09/2021 au 26/09/2021 : 100 €/personne
- Du 01/10/2021 au 02/10/2021 : 100 €/personne
- Du 02/10/2021 au 03/10/2021 : 100 €/personne
- Du 08/10/2021 au 09/10/2021 : 100 €/personne
- Du 09/10/2021 au 10/10/2021 : 100 €/personne
- Du 15/10/2021 au 16/10/2021 : 100 €/personne
- Du 16/10/2021 au 17/10/2021 : 100 €/personne

LE PRIX COMPREND

- L'organisation de la randonnée
- La demi-pension + taxes de séjour
- La sortie Brame du Cerf
- L'accompagnateur en Moyennes Montagnes

LE PRIX NE COMPREND PAS

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