

EXCURSIONS ACCOMPAGNÉES 2018

Selon les dates, certains **samedis** au milieu de votre séjour, vous pouvez opter soit pour une randonnée à pied dans le pays du Verdon, soit pour une excursion culture-nature.

RANDONNÉE À PIED avec Philippe, guide nature

14 avril, 26 mai, 9 juin, 14 juillet, 28 juillet et 8 septembre 2018

EXCURSIONS NATURE-CULTURE avec Anne, guide de pays

'Aiguines et Les Salles-sur-Verdon' : 14 avril, 9 juin et 22 septembre 2018

'Baudinard, la partie intime des Gorges' : 26 mai et 11 août 2018

EXCURSION NATURE-CULTURE avec Cathy, guide de pays

'Lavande, fleurs et senteurs' : 23 juin 2018

Informations et inscription info@crealangues.com

Conditions

Prix de l'excursion : 85 €.

Ce forfait comprend l'accompagnement, le transport, le pique-nique, ainsi que les activités.

Inscription en même temps que l'inscription au séjour linguistique, dans la limite des places disponibles, minimum 4, maximum 8 participants.

Pour les randonnées, une bonne condition physique est requise.

RANDONNÉE À PIED

DANS LE VERDON ET LA HAUTE-PROVENCE

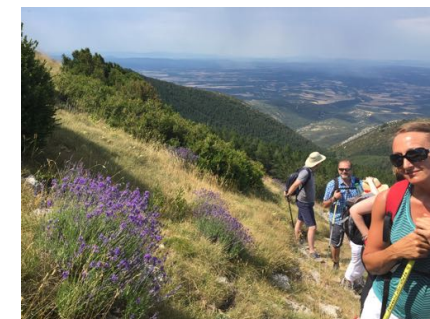
samedi 14 avril, 26 mai, 9 juin, 14 juillet, 28 juillet et 8 septembre 2018



Votre guide, Philippe Maida

Philippe, accompagnateur en montagne, vous guidera sur les sentiers de randonnées de Haute-Provence : du Verdon majestueux aux prairies des Pré-Alpes.

Il propose « un bol d'air pur », une marche d'à peu près 4 heures avec des pauses pour apprécier l'instant et pour pique-niquer. La convivialité, les découvertes et les anecdotes sont toujours au rendez-vous. Bien que sportives, les randonnées ne visent pas l'exploit sportif, Philippe s'adapte au rythme du groupe.



Un circuit sera proposé parmi les trois suivants :

- Le sentier des pêcheurs dans les Gorges du Verdon
- Le massif du Montdenier, jusqu'à 1700 m d'altitude
- Les Basses gorges du Verdon à Quinson

L'itinéraire sera décidé selon la météo et en fonction du groupe.



Côté pratique

Départ 9h15 - retour vers 16h.

Trajet en minibus depuis le Monastère au point de départ entre 30 et 45 minutes, puis de la randonnée de 3h30 à 4h30, avec arrêts réguliers. Dénivelé à peu près 400 m.

Prévoir des chaussures de marche; nous fournissons des bâtons de marche, sacs à dos et pique-nique. Une bonne condition physique est requise.

Nous nous réservons le droit d'annuler l'excursion si la météo présente des risques. Dans ce cas, nous remboursons le forfait.

EXCURSIONS CULTURE - NATURE



Anne Siaudeau, guide de pays, vous amènera pour découvrir quelques merveilles de notre région.

Passionnée par la nature et la culture, Anne vous fera voyager à travers le temps et vous emmènera dans des coins magnifiques avec des anecdotes, des blagues et des chansons. Elle parle de la région en termes clairs, et fait connaître la faune, la flore et l'histoire de la région et des villages.

Baudinard, découverte de la partie intime des Gorges du Verdon

samedi 26 mai et 11 août 2018

Le matin, Anne vous propose une balade guidée d'environ 1h30 sur les pas des 'Charbonniers'. Les points de vue merveilleux sont l'occasion de comprendre mieux le paysage et la vie des habitants de la Provence au fil des siècles, travail, histoire et coutume.

Après le pique-nique, au bord de la rivière, vous allez visiter les Gorges de Baudinard en canoë ou en barque électrique.



Aigüines et Les Salles-sur-Verdon

samedi 14 avril, 9 juin et 22 septembre 2018

Aux portes des Gorges du Verdon, Aigüines offre une vue imprenable sur le lac de Sainte Croix. Balade au cœur des ruelles étroites de ce village typiquement provençal, ses fontaines, église, vue sur le château privé, histoire des premières boules de pétanques confectionnées à Aigüines.

Pique-nique au bord du Lac de Sainte Croix, puis direction Les Salles-sur-Verdon, village classé "un des plus jeunes village de France ».

Visite guidée sur les traces de l'ancienne vallée, engloutie par les eaux du lac.

Lavande, fleurs et senteurs

samedi 23 juin 2018

Cathy Versini, native de Marseille, goûte très tôt au plaisir des escapades en Haute-Provence. Journaliste pendant 20 ans, elle a couru après l'information pour la raconter dans le journal local. Cathy a glané pour vous anecdotes historiques et secrets de nature. Elle vous propose une journée dédiée aux plantes typiques de la région, cultivées ou sauvages et à l'histoire du village d'Esparron.

Du plateau à Esparron, en suivant la floraison

Le matin, vous monterez au belvédère de La Tuilière à Esparron : la balade permet de découvrir les plantes et parfums de la garrigue, la vue sur le lac d'Esparron, dont la création a changé la vie du village. Déambulation dans les ruelles du moyen-âge avant le pique-nique au bord de l'eau.

Ensuite, vous traverserez le plateau de Valensole où roses, lavandes et sauge sont en fleur à cette période. Vous apprécierez ce paysage unique : or des blés, bleu des lavandes, turquoise de l'eau ... un véritable festival de couleurs.



Côté pratique

Départ 9h15 - retour vers 17h; trajet en minibus depuis le Monastère au point de départ de 30 à 45 minutes, randonnée d'1h30 avec arrêts réguliers. Prévoir des chaussures de marche ou de sport. Nous fournissons le pique-nique.

Minimum 4, maximum 8 participants, être en bonne condition physique pour la marche. En cas de mauvaise météo, nous proposons une visite adaptée.