

VTTAE Ventoux / Montmirail

Entre falaises, vignes et sol lunaire



Durée : 5 vraies journées de découverte

Activité : VTT AE itinérant

Niveau : Technique 3 - Physique 2 (voir tableaux)

Hébergements : Hôtel ou gîte

Tarif : sur demande

Arrhes réservation :

Dates : 2025

Du sud de la Drôme au début du Vaucluse s'étend une région entre gorges, vignes, dentelles de calcaire dont le géant de Provence surveille tout ça du haut de ses 1910 m

Jour 1 / Buis les Baronnies à Vaison la Romaine

kms / Dénivelé : +0 m

Départ du sympathique village de Buis les baronnies entourées de falaises, paradis des grimpeurs depuis des décennies. Après une première bonne montée nous traverserons un paysage très vallonné avec quelques villages typiques de la haute Provence.

Jour 2 / Vaison la Romaine à Malaucène via Gigondas

kms / Dénivelé: + 0m

Après une nuit au pied du Ventoux, nous partons pour une grande journée, très variée autour des dentelles de Montmirail. La région traversée est un des fleurons des côtes du Rhône avec ses petits villages parsemés de vignes blotties parfois au pied de barres rocheuses ! Nuit en au

Jour 3 / Sommet du Ventoux descente Sud à Malaucène

kms / Dénivelé: +0 m

Départ de la « lune » en direction de Bédoin par un des plus beau et plus long single ludique de la région ! Un must !!! Casse-croûte au village puis retour sur Malaucène au milieu des pins et anciennes carrières d'ocres. Une journée de fou (rires !)

Jour 4 / Face Nord du Ventoux

kms / Dénivelé: +0 m

Alternance de belles forêts, combes sauvages ou règne encore une végétation luxuriante préservée

Jour 5 / ? kms / Dénivelé: +0 m

Alternance de belles forêts, combes sauvages ou règne encore une végétation luxuriante préservée

NB : Votre guide connaissant son terrain peut être amener à modifier le programme suivant les conditions météorologiques, l'état de forme du groupe (raccourcir ou rallonger la sortie, prendre des sentiers plus ou moins techniques). Rouler avec un guide c'est aussi avoir la liberté de parler, modifier suivant le désir du groupe un parcours qui vous sera proposé du jour au lendemain lors d'un briefing chaque soir. Quoi qu'il en soit attendez-vous à un choix d'itinéraires variés ou vous en prendrez plein les yeux et un peu dans les jambes !

Les groupes sont composés de 4 à 8 personnes maximum

Le prix du voyage présenté ci-dessus ne peut prendre en compte tous les paramètres spécifiques possibles tels que les départs de province, les retours différés, l'évolution du prix des taxes aériennes, supplément aérien en fonction de la disponibilité sur les vols.

Le prix comprend

- Les taxes de séjours.
- Les transferts terrestres nécessaires au déroulement du voyage.
- La pension complète, sauf le pique-nique du premier midi.
- L'hébergement en refuge ou gîte.
- L'encadrement par un moniteur VTT guide-accompagnateur.
- Une trousse de premiers secours.

Le prix ne comprend pas

- Le trajet A/R à Buis les Baronnies (50 €)
- L'éventuelle location de VTT AE (70 € / jour)
- L'assurance, annulation/interruption de séjour/perte de bagages, l'assistance.
- Tout ce qui n'est pas indiqué dans la rubrique "Le prix comprend".

Vos dépenses sur place

- Les boissons et dépenses personnelles.

ASSURANCE

Conformément à la réglementation, nous sommes assurés en Responsabilité Civile Professionnelle. En aucun cas nous ne pouvons-nous substituer à votre Responsabilité Civile

Personnelle. Vous êtes assuré uniquement lors des randonnées. Nous ne sommes pas responsables si un problème survient dans les hébergements, transports, restaurants...

Détails du voyage et niveau de difficulté : (voir tableau fin de programme)

Dénivelé moyen : +/- 900 m. Parcours se déroulant sur des sentiers techniques, chemins, quelques courtes liaisons bitumées accessible à toute personne en bonne condition physique

Encadrement : Accompagnateur montagne diplômé d'Etat. Moniteur VTT

Hébergement : En refuge ou gîte

Alimentation : Les petits déjeuners et dîners sont pris aux hébergements. Les repas de midi sont pris sous forme de pique-niques.

Déplacement et portage des affaires : minibus

Généralités :

Portage de vos affaires : Le portage de vos affaires ainsi que de vos vélos est assuré par un véhicule. Sur toutes les étapes emportez uniquement avec vous vos affaires de la journée. Vos affaires personnelles doivent être regroupées dans un seul contenant, sac à dos de grande taille ou sac de voyage de préférence. Nous déclinons toute responsabilité quant aux éventuelles détériorations de tout objet fragile (ordinateur portable par exemple)

Votre Matériel Technique

Matériel spécifique au vélo :

- Une tenue de vélo adaptée : cuissard, tee-shirts respirant dont un à manches longues en microfibres (pour éviter les coups de soleil),
- Petits nécessaire de réparation adapté à votre vélo pour ceux qui prennent leurs propre VTT
- Un casque vélo (obligatoire), Un coupe-vent technique, une paire de gants de vélo,
- Bidons ou poches à eau dorsale (2 litres minimum),
- Vérifier toujours l'état de votre vélo (si vous venez avec le vôtre), et changer si besoin est ; patins de freins ou plaquettes, câbles de freins et de dérailleur. Il convient d'être autonome pour toutes les petites casses classiques occasionnées lors d'un séjour comme celui-ci (crevaisons, réparation...). Ceux qui ont des freins à disque et vélos sophistiqués, prévoyez bien le matériel de réparation adéquat.

A prendre :

Un petit sac à dos 12 à 20 litres avec larges bretelles et sangle ventrale pour la journée

- Crème solaire • Une pharmacie personnelle : Elastoplast, Immodium, désinfectant, antalgique, pansements adhésifs, double peau (ampoules), médicaments personnels...
- Couteau de poche, • Barres de céréales, fruits secs...

Pharmacie Personnelle

Elastoplast 6 cm de large, Compeed, Savon de Marseille et Biafine, aspirine ou doliprane, crème solaire et stick à lèvres sont à prendre avec le petit nécessaire .

Formalités

Formalités administratives:

Carte nationale d'identité OBLIGATOIRE.

Tableau évaluation niveaux

- Technique -

Niveau 1 : chemin ou sentier roulant, sans obstacle, petites routes peu fréquentées ;

Niveau 2 : Chemin ou sentier avec passages comportant des obstacles (souches, cailloux...) chemin pentu avec dévers.

Niveau 3 : Sentiers escarpés, chemins techniques, dévers, forte pente Ce circuit reçoit la classification

- Physique –

Niveau 1 : vous êtes une personne ayant une activité sportive irrégulière, qui aime le VTT mais qui en a une pratique seulement occasionnelle.

Niveau 2 : vous êtes une personne entretenant sa forme physique et ayant une pratique régulière du VTT ou autre sport d'endurance (minimum une sortie par semaine ou une partie de l'année).

Niveau 3 : vous êtes une personne sportive ayant une bonne condition physique, pratiquant régulièrement le VTT tout au long de l'année (1 sortie par semaine minimum ou ayant une activité physique d'endurance durant les périodes où vous ne faites pas de VTT (autres randonnées, footing, ski de fond...)).

Sylvain PONCET

13 route de Nantua

01100 APREMONT

Contact : Port : 06 74 33 06 37



Montagne Aventure

mail : **sylvain.poncet@orange.fr**

<https://montagneaventure.fr/>