

LE MOIS DE LA RANDO

En Cévennes d'Ardèche



Office de tourisme en Val de Ligne - 04 75 89 33 30

Office de tourisme Cévennes d'Ardèche - 04 75 37 24 48

OTI du Pays d'Aubenas - Vals-Antraigues - 04 75 89 02 03

Mercurer

27 mai

Programme

- 8h30 Accueil et inscription devant l'ancienne école
- 9h - Boucle Des secrets du Mercoire à la crête de Farges
12 km - Prévoir pique-nique tiré du sac
- 9h30 - Boucle Les panoramas du Haut de Mercurer - 8 km
- 10h - Boucle Les vieilles pierres - 6 km (accessible en joëlette)
- 9h et 11h Initiation à la marche nordique
- 10h30 - Balade contée avec Eric Derrien - Niveau facile
- 14h - Boucle Les panoramas du Haut de Mercurer - 8 kms
- 14h - Rando-croquis avec Julie Ramel
- 14h30 - Boucle Les vieilles pierres - 6 km (accessible en joëlette)
- Balade géologique avec Clapas « Quand les paysages nous racontent les reptiles du Trias et la mer du Jurassique »

Toutes les randonnées sont accompagnées par Ardèche Randonnée, Inscriptions sur place.

- 12h - Menu Spécial Rando au restaurant L'Escapade: 15 €
sur réservation : 04 75 89 05 89
- Interlude Zumba (Gym Loisirs Mercurer)
- Espace jeux en bois (Le Point Jeux)

Durant la journée

- Buvette et crêpes de l'Amicale Laïque de Mercurer
- Mobil sport : découverte de sports innovants
- La Bibliothèque ouvre ses portes
- Tir à l'arc (Les Archers de Jaujac)
- Initiation à la slackline (Ardèche Slackline)
- Exposition « Les 7 couleurs du temps – Une traversée géologique des Monts d'Ardèche »
- Initiation au segway ou giropode (Ard Way) - A partir de 14h30
- Stands : OTI du Pays d'Aubenas-Vals-Antraigues, CDRP 07, CD Handisport
- Jeu de piste enfants (accompagnement adulte obligatoire)

Contact

CDC du Bassin d'Aubenas : 04 75 94 36 58 - www.bassin-aubenas.fr

Programme détaillé des animations / Mois de la randonnée - 27 mai à Mercuer

Les activités surlignées en bleu se font sur INSCRIPTION le jour même auprès de l'accueil.

Les autres activités sont en accès libre : se rendre directement sur les stands

Départ ou horaire	Activité	Durée	Détail de l'animation
9h - 15h	RANDONNEE	5h à 6h	Des secrets du Mercoire à la crête de Farges 12 km, +/- 500m de dénivelé
9h30 - 12h30	RANDONNEE	3h	Les Panoramas du Haut de Mercuer 8 kms, +/- 200m de dénivelé
10h - 12h	RANDONNEE	2h	Les vieilles pierres 5 à 6 kms, +/- 180 mètres de dénivelé
9h - 10h30 11h - 12h30	MARCHE NORDIQUE	1/2h	Marche nordique
9h30 - 11h30 13h30- 16h30	SPORTS INNOVANTS	1/2h	Initiation, découverte de sports innovants
10h - 12h30 14h30 - 17h30	SLACKLINE	1/2h	Initiation au Slackline (équilibre sur sangles)
10h30- 12h30	BALADE CONTEE	2h	Balade contée pour petits et grands
10h30 - 13h 15h - 17h30	TIR A L'ARC	1/2h	Initiation au tir à l'arc pour tout public
10h30-12h15	GALERIE D'ART	1h45	Visite guidée de la galerie Mercurart
12h30	ZUMBA	1/2h	Animation participative zumba (chorégraphie sportive) ...
11h30 - 14h30	ESPACE JEUX		Jeux en bois géants
14h - 17h	RANDONNEE	3h	Les Panoramas du Haut de Mercuer 8 kms, +/- 200m de dénivelé
14h30 - 16h30	RANDONNEE	2h	Les vieilles pierres 5 à 6 kms, +/- 180 mètres de dénivellée
14h - 17h	RANDO CROQUIS	3h	Balade durant laquelle on marche un peu, mais surtout on s'arrête beaucoup pour faire des croquis d'après nature.
14h30 - 17h30	BALADE GEOLOGIQUE	2h30 à 3h	Quand les paysages nous racontent les reptiles du Trias et la mer du Jurassique
14h30 - 17h30	GYROPODE	1/2h	Initiation au Gyropode ou segway
14h - 15h45	GALERIE D'ART	1h45	Visite guidée de la galerie Mercurart
17h30	CLOTURE en ZUMBA	1/2h	En clôture : Animation participative zumba (chorégraphie sportive)
Et aussi, durant la journée			
<ul style="list-style-type: none"> ● Exposition "Les 7 couleurs du temps : Une traversée géologique des Monts d'Ardèche" (prêt PNR) ● Jeu de piste en libre accès : à retirer à l'accueil ● Bibliothèque : ouvrages sur la randonnée et exposition sur les écrivains voyageurs (ouverture à 14h30) 		<ul style="list-style-type: none"> ● Stand du Comité Départemental Handisport ● Stand de l'Office de Tourisme Intercommunal du Pays d'Aubenas-Vals- Antraigues ● Stand du Comité Départemental de Randonnée Pédestre 	
RESTAURATION			
Toute la journée		Buvette et petite restauration : crêpes salées et sucrées / gâteaux /Amicale Laïque de Mercuer	
De 11h30 à 14h30		Restaurant : menu spécial Rando 15 € <i>Salade composée</i> <i>Poulet basquaise avec tagliatelles</i> <i>salade de fruits frais / café</i> Restaurant l'Escapade - Réservation vivement conseillée au : 04 75 89 05 89	