

PROGRAMME

Mois de la randonnée en Cévennes d'Ardèche - Dimanche 21 mai - Vinezac

PROGRAMME DES ANIMATIONS ET RESTAURATION

| Départ ou horaire | Activité | Durée estimée | Détail de l'animation | Animation proposée par : | INSCRIPTION |
|-------------------------|--------------------------|---------------------------|--|---|---|
| 9h | RANDONNEE | 5 h | Merzelet - 15 km - 400m de dénivelé / moyen à difficile | S.A.V.A (St Andéol de Vals Animations) | Sur place - Accueil |
| 9h | RANDONNEE | 3 h | Tour des Hameaux - 10 km - 320 m de dénivelé / moyen | Sylviane PAULET Randonneurs Vivarois | Sur place - Accueil |
| 9h | ART / ENCADREMENT | 3 h | Initiation à l'encadrement d'art | Clémentine HALLOUIN L'Art Cadre | Inscription obligatoire avant le 15/05 au : 04 75 36 88 23 |
| 9h30 | RANDONNEE | 2 h 30 à 3 h | Gratte Lauzes - 8 km -190m de dénivelé / facile à moyen | Alain ROUSSEL Sauvegarder pour transmettre | Sur place - Accueil |
| 10h | BALADE CONTEE | 1 h 30 à 2 h | Balade contée | Chloé GABRIELLI AMAC | Sur place - Accueil |
| 10h / 11h 14h / 15 h | MARCHE NORDIQUE | 40 mn env. | Initiation à la marche nordique | Patrick GAESSLER Marche nordique | Sur place : Stand Marche nordique (boulodrome) |
| 10h / 11h | BALADE A CHEVAL/PONEY | 3/4 h à 1 h de promenade | Balade à cheval et poneys | Cavalerie des Côtes | Sur place - Accueil |
| De 10h30 à 15h30 | COURSE D'ORIENTATION | en continu / tous niveaux | Initiation Course d'Orientation | Club Les Raidlinks | Sur place : Stand CO |
| 11h /11h30 12h/12h30 | SKIKE - SKI ROUE | 30 min | Initiation skike | Marc BENOIT CR des Sports de neige du Dauphiné | Sur place : Stand Skike devant la salle des sports |
| De 12 h à 16h30 | TOURISME | | Stand Office de Tourisme | OTI du Pays d'Aubenas-Vals-Antraïgues | Accès libre |
| 14h | RANDONNEE | 1 h 30 | Tour des Hameaux (petite)- 5 km - facile | S.A.V.A | Sur place - Accueil |
| 14h | RANDONNEE | 3 h | Tour des Hameaux (grande) 10 km - 320 m de dénivelé / moyen | S.A.V.A | Sur place - Accueil |
| 14h / 15h | MARCHE NORDIQUE | 40 mn env. | Initiation à la marche nordique | Patrick GAESSLER Marche nordique | Sur place : Stand Marche nordique (boulodrome) |
| 14h/14h30 15h/15h30 | SKIKE - SKI ROUE | 30 min | Initiation skike | Marc BENOIT CR des Sports de neige du Dauphiné | Sur place : Stand Skike devant la salle des sports |
| 14h30 | ART / ENCADREMENT | | Démonstration d'encadrement d'art | L'Art Cadre | Entrée libre - 170 route d'Uzer à Vinezac |
| 15h / 16h | BALADE A CHEVAL/PONEY | 3/4 h à 1 h de promenade | Balade à cheval et poneys | Dominique CASALTA Cavalerie des Côtes | Sur place - Accueil |
| 16h | BALADE PATRIMOINE | 2 h | Balade patrimoine : le village de Vinezac - niveau facile | Sauvegarder pour transmettre | Sur place - Accueil |
| Toute la journée | | | Démonstration de VAE (Vélo à Assistance Electrique) | AMC7 (VAE) | Sur place : Stand AMC7 devant la salle des sports |
| Toute la journée | | | Stand CDRP - Comité Départem. de Randonnée Pédestre | CDRP | Accès libre |
| Toute la journée | | | Exposition de photographies : "A l'abandon" | Association Zoom Photo | Accès libre - Salle du conseil (Mairie) |
| Toute la journée | | | Vide grenier | Amicale Laique de Vinezac | Accès libre - Réservation stand au : 07 84 09 39 59 |

PROGRAMME

Mois de la randonnée en Cévennes d'Ardèche - Dimanche 21 mai - Vinezac

RESTAURATION

| RESTAURATION | | | |
|------------------|---|---------------------------|--|
| Toute la journée | Petite restauration (gâteaux, sandwiches, frites) et buvette | Amicale Laique de Vinezac | Buvette du Vide grenier |
| De 11h30 à 14h30 | Restaurant : menu (15 €) Lasagnes maison/salade verte Salade de fruits ou Glace Goûtez l'Ardèche | La Bastide du soleil | Restaurant - Le Village Réservation vivement conseillée au : 04 75 36 91 66 |
| De 8h à 13h | Epicerie / Café | Chez François | Le Village - 04 75 36 25 79 |
| De 12h à 21h | Pizza / Kebab | Gigi Brun's | Le Village - 04 75 89 01 66 |