



# Cascades rouges

Votre guide vous mènera sur les terrasses calcaires en corniche pour apprécier toute la beauté du vallon. Une dégustation d'un vin local vous sera proposée et l'histoire du vallon de Marcillac vous sera conté par votre guide.

Cascades, vasques secrètes et jungle Aveyronnaise seront au rendez-vous pour un bain de fraîcheur !

## LA PRESTATION COMPREND

- Encadrement professionnel
- Assurance professionnelle
- **Dégustation d'un vin local** du vallon de Marcillac
- **Un covoiturage** jusqu'au point de départ de la randonnée est organisé pour limiter les frais
- **La bonne humeur !**

## TARIF

- **30 € par personne**
- **25 € ( moins de 16 ans)**
- **Groupe limité à 12 personnes, gage de qualité et de convivialité pour tous**
- Départ assuré à partir de 4 personnes

## MATÉRIEL À PRÉVOIR

- Eau : Contenant de 1,5 litre minimum
- Nourriture : Le casse-croûte du midi et de petits encas (barre énergisante, gâteau, fruits secs...)
- **Pantalon long recommandé**
- Chaussures **adaptées à la randonnée avec semelle crantée**
- **Bâtons de marche conseillé**
- Veste coupe-vent imperméable
- Polaire chaude ou doudoune
- Couvre-chef - Lunette de soleil - Crème solaire
- Appareil photo et jumelles si vous le souhaitez

## LE PROGRAMME

- **Départ** : Rendez-vous à **8h30 à Rodez (lieu communiqué par mail)**. La randonnée est à **20 minutes en voiture de Rodez**.
- **Itinéraire** : Boucle de **11 à 13 kilomètres**. Cet itinéraire compte entre **400 et 500 mètres** de dénivelé **positif et négatif**.
- **Durée** : **5 heures** de marche effective
- **Fin** : Retour à **Rodez à 17h00**

## NIVEAU

- Accessible à partir de 10 ans

### Physique

45 %

Marcheurs habitués ou aux débutants qui pratiquent une activité sportive une fois par semaine

### Technique

30 %

Itinéraire avec des portions humides sans difficulté majeur. **Nécessite des chaussures adaptées à la randonnée avec semelle crantée.**



## MOYEN D'ACCÈS

**Rendez-vous à 8h30 à Rodez**, le lieu vous sera communiqué par mail. La randonnée est à **20 minutes** en voiture de Rodez.

Un **covoiturage** jusqu'au point de départ de la randonnée est organisé pour limiter les frais.

**Plusieurs lieux de rendez-vous** sur l'itinéraire sont proposés jusqu'au point de départ de l'activité en fonction de votre lieu d'hébergement.

## RÉSERVATION

**Toute réservation est effective à réception du règlement de la prestation.** Un lien avec un paiement sécurisé est envoyé par Mail ou SMS avant la randonnée. Un reçu de paiement est émis en justification de votre achat à la commande. Aucun remboursement n'est effectué sans justificatif approprié.

## MODIFICATIONS ANNULATION

Cet itinéraire est fourni à titre indicatif: en fonction des conditions météorologiques, du groupe et des aléas opérationnels et logistiques, **votre accompagnateur peut modifier ou annuler cet itinéraire pour votre sécurité et celle du groupe.** En cas d'annulation de la part de votre accompagnateur, il sera proposé aux participants une séance à une date ultérieure. En cas d'impossibilité de report de la sortie, **100% des sommes versés sont remboursées**

## CONTACT



07 54 32 04 54



[martinerandocaventure.com](mailto:martinerandocaventure.com)



Langues: Français - Anglais



[www.randocaventure.com](http://www.randocaventure.com)

## LE TARIF N'INCLUT PAS

- Le matériel personnel du randonneur
- Le casse-croûte du midi
- L'eau
- Les transports



**Vivre et partager l'instant**

**Si les dates proposées ne correspondent pas à votre planning, si vous n'êtes pas certains de votre choix en terme de difficultés, ou pour toute autre question, vous pouvez contacter votre accompagnateur en montagne:**

## MARTIN GINGAUD



**Entreprise:** Rand'oc aventure **N° SIRET:** 914 272 380 00017 **N° Educateur sportif :** 01224ED0035 **Responsabilité civile professionnelle:** S.N.A.M. Contrat n° 105.630.300 du 17/01/2024 au 30/11/2024