

Stages « Balades Gourmandes », découverte des plantes sauvages comestibles et culinaires

~ STAGES DE 2 JOURS:

PRINTEMPS : salades, fleurs et plantes sauvages printanières et estivales

- du 16 au 17 mai 2009

AUTOMNE: plantes et fruits sauvages comestibles

- du 17 au 18 octobre 2009

2 jours de découverte et d'approche thématique des plantes sauvages comestibles et culinaires en vallée d'Argelès-Gazost (65). Tarifs : 100 € encadrement et animation par Stéphane Martineau + 5 € pour le repas du soir + prévoir 20 à 30 € pour 1 nuit d'hébergement en gîte d'étape + prévoir 2 pique-niques.

~ STAGE DE 4 JOURS :

- du 21 au 24 mai 2009

4 jours de découverte et d'approche thématique des plantes sauvages comestibles et culinaires dans la belle vallée d'Argelès-Gazost (Hautes-Pyrénées).

Tarif : 336 €, tout compris (hébergement, nourriture, encadrement, animation, transports locaux), par l'intermédiaire de l'Association NATURA.

~ Ces stages peuvent être organisés à d'autres dates et dans d'autres lieux à partir de 4 personnes. N'hésitez pas à nous contacter.

Séjours raquettes à neige

➤ Les Encantats, montagnes enchantées...

Séjour de 4 jours, 3 nuits

Du 28 au 31 mars 2009

Situés au Sud du Val d'Aran, voisins du massif de l'Aneto, « Les Encantats » constituent un ensemble de merveilleuses montagnes granitiques comprenant le Parc National d'Aygues Tortes et San Maurici. Plein de vallons et plateaux d'altitudes constellés de lacs gelés, de crêtes rocheuses et sommets acérés, ce massif est très contrasté en paysages. Les bosquets de pins à crochets apportent de la douceur dans ces espaces de haute montagne. C'est un pays de lumière, sauvage, apaisé par son manteau neigeux...

- **N'hésitez pas à demander plus d'informations et détails sur les randonnées et stages.**

Séjours de randonnée pédestre

➤ Corse, entre mer et montagne

Du 11 au 17 avril 2009

C'est dans la partie centre-ouest du Parc Naturel de Corse que nous allons prendre contact avec l'île de Beauté, de toutes les beautés !... La randonnée prévue visite une des plus belles zones de la Corse en réalisant un itinéraire qui ira de la mer à la montagne et retour, en une boucle de six jours. La Méditerranée sera régulièrement à portée de vue, même au cœur des montagnes, jusqu'à la redécouvrir de plus belle sur un promontoire fabuleux du Golfe de Porto et des Calanches de Piana. Ce parcours

donne un bel aperçu des différents caractères, contrastes et visages de cette île, la plus montagneuse de la Méditerranée, qui parfois dérange et passionne... De villages en villages où nous serons accueillis, nous aurons l'occasion de découvrir non seulement de magnifiques sites naturels mais aussi une histoire tourmentée qui a façonné la vie des gens, leurs mœurs et leurs coutumes.

- **N'hésitez pas à demander plus d'informations et détails sur les randonnées et stages.**

Autres destinations possibles : Haut-Capcir, Néouvielle, Encantats-Aygués-Tortes, Sierra de Guara, Ordessa-Mont-Perdu, Gavarnie, Cauterets-Vignemale, Cévennes, Caroux-Haut-Languedoc, Corse... sont, entre autres, des destinations formidables qui vous feront rêver...

Stages naturalistes à la carte

Nous organisons des stages de découverte, d'observation et formation. Le temps d'un weekend ou plus.

N'hésitez pas à demander plus d'informations et détails sur les randonnées et stages.

- « Balades gourmandes » et saveurs des PLANTES sauvages (2, 3 ou 4 jours) :

En balade, nous découvrons les plantes sauvages comestibles. Nous les dégustons sur place et apprenons à les accommoder le soir au gîte (voir la page "Stage « Balades Gourmandes »).

- Initiation à l'ORNITHOLOGIE (2 jours) :

Découvertes des passereaux et grands rapaces de plaine et montagne. Initiation aux chants d'oiseaux, observation et identification des rapaces en vol.

- Formation à l'ORIENTATION (2 jours) :

L'indispensable de la cartographie et de la boussole, pour se localiser et suivre un itinéraire.

Un week-end pour acquérir plus d'autonomie en balade, de la cueillette de champignons à la randonnée alpine...

- Le monde secret de la FORET (2 jours) :

« Redécouverte » de l'arbre et identification. Initiation à l'écosystème forestier. La forêt, un univers vivant (faune et flore). Richesses et rôles de la forêt.

- Découverte de la NATURE PYRENEENNE (6 jours) :

Le Parc National des Pyrénées nous offre un terrain de prédilection pour découvrir et aborder le milieu naturel montagnard. Tout en randonnant dans des sites merveilleux et sauvages, nous aurons tout le temps et le loisir d'apprécier la flore exceptionnelle et

colorée, la faune variée (isards, marmottes, rapaces, ...) et de s'intéresser à la formation même des Pyrénées.

N'hésitez pas à demander plus d'informations et détails sur les randonnées et stages.