

Organisateur : Hélène Grandin De L Eprevier
Contact : Voir rubrique "kifaikoi" sur le site web

Véronique Malbos
Voir rubrique "kifaikoi" sur le site web

Foulées impressionnistes à Giverny

Samedi 27 septembre 2014 - Dimanche 28 septembre 2014 / 2 jours



Niveau : habitude des sports d'endurance (voir page d'accueil de l'activité)

Informations / programme / déroulement :

Ce programme est prévisionnel. Voir le Forum Trail pour les informations de dernière minute.

Parcours librement inspirés des tracés de difficulté verte et orange clair dans <http://www.utagawavtt.com/gmap/carte-generale-topos-vtt> (choisir Vernon), ainsi que des traces des GR2 et GR26 (forêt de Bizy). Nous privilégierons le dénivelé!

Samedi :

Trail court (1h/1h30 ou long 2h30) à partir de 11h30.

Déjeuner rapide.

Balnéo ou visite de Vernon (au goût de chacun).

Etirements, conseils trail, photos, bilan de la 1^{ère} année, suggestions pour 2014-2015.

Dîner dans Vernon.

Dimanche :

Trail court à destination de Giverny (1h/1h30-5km de Vernon). Possibilité de visiter la maison de Monet, les jardins et une exposition d'impressionnisme.

Ou bien circuit vélo pour ceux qui sont équipés (2 vélos à l'auberge de jeunesse)
Retour au goût de chacun.

Equipement : (voir page d'accueil puis Forum)

- Chaussures de course à pied tout terrain (type "trail")
- Equipement vestimentaire adapté aux conditions météorologiques
- Eau et barres énergétiques pour les sorties longues.
- 2 pique-niques
- Sac à viande.
- Eventuellement maillot et serviette de bain

Transport : train (environ 45 minutes de St Lazard à Vernon) vers 10h00 le samedi matin ou covoiturage

Hébergement : auberge de jeunesse de Vernon (5km de Giverny) => 13€ / nuit + 5 € de ptit dej ou bien camping sur le site de l'auberge

Inscriptions :

Inscription préalable gratuite pour faciliter l'organisation et le suivi par le responsable d'activité. Veuillez en outre compléter les cases dans le Google Doc pour l'organisation de l'hébergement et du co-voiturage <https://docs.google.com/spreadsheet/ccc?key=0AvTgwU0M5FqsdHB5NkFabXZxWkRKVG1hdUhxR0xTTXc&usp=sharing>.

D'avance merci.

Sortie avec accord de l'organisateur : Il n'y a pas d'accord préalable mais vous serez orientés vers les itinéraires longs ou courts en fonction de votre forme et de vos souhaits

Assurance annulation : Non

Divers :

Espace Balnéo de l'UCPA à Saint Marcel (4 km de Vernon - fermeture à 17h30)

<http://www.espacenautique-grandegarenne.com/produit/grandegarenne-l-entree-unitaire-espace-balneo/>

Vernon: <http://giverny.org/free/gratuit.htm>

Maison de Monet (<http://fondation-monet.com/fr/>)

Musée des Impressionnistes (<http://www.mdig.fr/>)

<http://villarceaux.iledefrance.fr/>