



Générations
NATURE

prendre soin du vivant

Verdon

Stage de jeûne en itinérance

Du samedi 22 au jeudi
27 juin 2024

**Jeûner en immersion en pleine nature
pour mieux se relier à soi-même, aux
autres, et à plus grand que soi.**

06 61 09 70 23

generationsnature@orange.fr

www.generations-nature.org

- > Un stage de 6 jours
- > Niveau 1 (*avec plein d'options possibles*)
- > petit groupe (2 à 4 pers.)
- > Tarif à partir de 480€ /pers.

Présentation :

Nous serons ici à 1h30 environ de Digne les Bains. Des paysages à couper le souffle sur un itinéraire varié et d'altitude intermédiaire (maxi à 2472m). Forêts, eau, montagne ... il ne reste plus qu'à compter sur la présence du soleil pour profiter de splendides vasques d'eau transparente et réunir tous les ingrédients d'un séjour inoubliable ! Des nuits en cabane (non gardées, rustiques) sont possibles. Une journée sans portage sera proposée au cours du séjour.



Rendez-vous et accès :

Nous nous retrouverons à Colmars les Alpes (04370) à 10h30 le samedi matin, sur le parking de la Cascade.



En voiture :

- **Vous arrivez par le Sud :**

Depuis Nice Autoroute A8 "la Provençale" – sortie Nice-St Isidore puis la M6202 direction Digne

- **Vous arrivez par le Nord :**

Depuis Grenoble (300km) : Chichilianne, Lus la croix haute, Serres, Garde-Colombe, Sisteron, Digne-les-bains, Villars-Colmars

Accès possible aussi par Gap, Barcelonnette et Allos

Par train :

Arrivée en gare de Thorame Haute (ou éventuellement Dignes les Bains)

Sur place :

Office du tourisme :

Tél. +33 (0)4 92 83 61 14 ;

<https://www.verdontourisme.com/>

Hôtels :

Hôtel Le France

Place de France, 04370 Colmars

04 92 83 42 93 / 06 29 22 42 80 lefrance1208@gmail.com

le-france-39.websself.net

Camping :

Aire naturelle de camping "Les Pommiers" : magnifique !

Quartier du Tallier 04370 Colmars

Tél : 04 92 83 41 56

Mail : contact@camping-pommier.com

Site web : www.camping-pommier.com

Gîtes :

- La foulerie, Les Framboisiers :

<https://www.gites-de-france-04.fr/fiche-G23008.html>

- La Buissière :

<https://www.gites-de-france-04.fr/fiche-G23859.html>

Commerces :

Colmars est une ville fortifiée très accueillante, les commerces et le centre ville sont situés à l'intérieur des remparts. Une visite à programmer !

Votre séjour en quelques mots :

Alpes-de-Haute-Provence, au départ de Colmars les Alpes (04370), du 22 au 27 juin 2024

Jeûne (eau de montagne)

Portage du sac à dos,

Bivouac en autonomie (nuit sous tente)

Groupe : 2 à 4 personnes

Temps de marche : 3 à 5 h par jour

D+ : 200 à 500 m par jour

Altitude maxi : 2472m

Horaires indicatifs :

Départ : 11h le premier jour,

Fin : 17h le dernier jour

Tarif : à partir de 480€

