

Programme

3^{ème}

Edition



FESTIVAL DE LA RANDO



7 & 8
OCTOBRE

DESTINATION

Zen

Hauts de l'Ouest
Bivouac • Activités
Randos guidées

14 & 15
OCTOBRE

DESTINATION

Mafate

Grand Place
Bivouac
Randos guidées



Office de Tourisme
de l'Ouest

Aventure et convivialité !

Après le succès des deux précédentes éditions, vous voilà repartis pour 2 week-ends dans notre belle nature, classée au patrimoine mondial de l'Unesco ...

A vous l'aventure et la détente pendant ces deux week-ends de communion avec la nature ! Un seul mot d'ordre : la convivialité. Elle est la base de ce Festival ! On vous attend !



7 & 8 OCTOBRE

DESTINATION Zen

Ressourcez-vous dans les Hauts de l'Ouest !
Au programme : de la douceur – du bien-être – de la zénitude – du partage – de la convivialité et un peu d'efforts !

Deux ambiances vous sont proposées
• un week-end zen dans la forêt de Trois-Bassins
• une journée, plus ou moins sportive, selon vos envies, au Maïdo

Week-end Zen

7 et 8 octobre • Dans la forêt de Trois-Bassins

Le Bivouac

Rendez-vous à partir de 8h30 sur le parking de la place des Festivités de Trois-Bassins (un plan vous sera remis lors de l'inscription) Il sera gardé jour et nuit jusqu'à votre retour. Des navettes bus vous déposeront, en début de matinée, directement sur le lieu du Bivouac. Un indice : c'est dans la forêt de Trois-Bassins ! Les navettes repartiront le lendemain, à partir de 12h.

Vous pourrez alors vous installer tranquillement et profiter des activités, ateliers, découvertes et séances de bien-être qui vous seront proposés, de 9h à 17h.

Quelques places dans un gîte sont disponibles, pour ceux qui ne veulent pas dormir sous tente, mais attention elles sont peu nombreuses !

A savoir : Une citerne d'eau sera installée pour votre toilette de chat, ainsi que des toilettes sèches.

Equipez-vous !

Prenez pour le week-end :
des baskets + de la crème solaire
+ un vêtement chaud et de pluie
+ un vêtement de rechange + une lampe frontale + une petite trousse de secours + un nécessaire de toilette
+ une serviette de bain (microfibre)
+ une tente + un sac de couchage
+ un matelas de sol + un pantalon fluide (pour les activités bien-être).

À emmener

Pensez à prendre un déjeuner pique-nique pour le samedi 7 midi, ainsi qu'un goûter pour vos enfants.



Les Activités

7 et 8 octobre • Dans la forêt de Trois-Bassins

Du bien-être

inscription gratuite sur place de 11h à 17h (groupes de 15 personnes maximum par session, excepté bien sûr pour les soins relaxants qui sont individuels !).

- Soins relaxants
- Tai-chi
- Sophrologie
- Aïkido



Un peu de sport

inscription gratuite sur place

- Tyrolienne : initiation pour adultes et enfants
- Vélo électrique : balade découverte sur la route forestière des Tamarins. Pour adulte et enfant de plus de 1M30 (possibilité de mettre les enfants dans la remorque ou dans le siège bébé)
- VTT : circuit VTT dans la forêt. Pour adulte et enfant de plus de 12 ans.

De la découverte

« Silence ça pousse » !
Atelier créatif pour enfant

inscription gratuite sur place
Durée 1h à 10h - 11h - 13h - 14h

- Fabrication d'étiquettes potagères en matières naturelles, qui serviront ensuite lors de la plantation aromatique réalisée par l'enfant dans le jardin du gîte.

De la gourmandise Atelier boulangerie

inscription gratuite lors de votre réservation du bivouac. Durée : 3h, de 10h30 à 13h30, ouvert à 10 personnes.

- fabrication de pains Ciabatta et de fougasses, qui seront dégustés pendant l'apéritif.

Rencontre avec le Parc national de La Réunion

- Découvrez différents prestataires de la marque du Parc : « Esprit parc », dont le Domaine des Caféiers, qui proposera une dégustation et de la vente de café Bourbon pointu
- Découvrez aussi l'application des Rando « Tec-Tec », qui présente des circuits de randonnée, enrichis par les explications des agents du Parc national.

Deux balades guidées

par nos éclaireurs de l'Ouest et les médiateurs du Parc

inscription gratuite lors de votre réservation du bivouac

- Deux départs, pour chaque balade : 10h et 14h

Balade découverte de la planète du Grand Bénare

Durée : 2h

- Découvrez avec Clovis, un de nos éclaireurs de l'Ouest, le fonctionnement de la tamariniaie, de la naissance à sa disparition, les enjeux autour de sa préservation et les activités humaines traditionnelles qui s'y rattachent.

« Baludik dési Planèz »

pour les familles. Durée 1h - 1h30.

- Un jeu de piste numérique (il faut être muni d'un smartphone ou d'une tablette) dans la forêt à la recherche des particularités de la faune et de la flore de la forêt. Vous allez passer un moment très ludique en famille !

Pratique : le jeu pourra être téléchargé sur votre appareil, vous n'aurez plus besoin de connexion par la suite ...

Les pauses culinaires !

- A partir de 18h30 : Apéritif conté, par un médiateur du Parc national, et ambiance musicale : « mojito la glacière », jus de fruit, amuse-bouches
- A partir de 20h : Dîner .
Au menu : magret de canard laqué au miel et aux 5 parfums, saumon au four, légumes braisés, riz, grains, panacotta à la vanille Bourbon
- Petit déjeuner : à partir de 8h30 jusqu'à 11h, pour un réveil sans se presser.



Tournée Sport

plus ou mois

8 octobre • Au Maïdo

Les Randos

Plusieurs randonnées vous sont proposées, suivies d'un repas chez un des restaurateurs situés sur la route touristique du Maïdo, comprenant apéritif + plat + dessert + café.

Des professionnels vous encadrent sur chaque randonnée : moniteurs diplômés d'état, guide péi, accompagnateurs en montagne.

Rando 2 Découverte du géranium - Maïdo

Découvrez avec le guide péi de l'Ouest, M. Magdelaine, deux belles forêts des Hauts de l'Ouest : la forêt de bois de couleurs et celle des Tamarins des hauts. Il vous donnera des explications sur la faune, la flore et les anciens métiers de la forêt. Cette balade en forêt sera suivie d'une visite de la maison du géranium : culture, histoire et distillation du géranium rosat.

Difficulté : **tous marcheurs - Pour toute la famille**
Lieu et horaire de rendez-vous :
9h à la Maison du Géranium
Durée : **2h30**

Rando 3 Rando équestre La Quiétude des Hauts de l'Ouest!

Pendant une heure, vous vous baladerez, à cheval, à travers la forêt endémique, les pâturages verdoyants et les bambous calumets. Les enfants de 3 à 9 ans seront pris en charge par la monitrice « Poney » et pourront s'essayer à cette monture !

Pour toute la famille (balade à cheval adulte et enfant à partir de 10 ans - poney entre 3 et 9 ans)
Rendez-vous : **Les chevaux du Maïdo. Pour les balades à cheval - 4 départs : 9h30 - 11h - 14h - 16h. Même créneaux pour les initiations poney.**
Les places sont limitées. Durée de chaque sortie/ initiation : **1h**

Rando 1 Rando vtt Bike aventure

Partez à la découverte du VTT descente sur une boucle dans la forêt de tamarins des Hauts et de cryptomérias. Ce parcours offre de superbes points de vue sur le littoral.

Difficulté : **Débutant mais sportif quand même !**
Lieu et horaire de rendez-vous :
sur le parking de la messe de l'ascension au Maïdo
De 7h30 à 15h30

Equipez-vous !

Des chaussures de marche et des bâtons de marche pour les randos à pied / des baskets pour les randos à cheval et à vélo + de la crème solaire + des vêtements chauds et de pluie + eau + en-cas + une tenue sportive bien évidemment !

Rando 4 Grand Bénare spécial lever du soleil

Entrez dans le cœur du Parc National et découvrez un site géologique unique et un haut lieu de l'histoire du marronage. En effet, toute la région rappelle l'épopée des esclaves marrons aux XVII^e et XVIII^e siècles. Les premiers colons s'étant installés dans l'Ouest, c'est dans les hauts de cette région que s'enfuirent les premiers marrons. Marchez sur leurs traces pendant cette randonnée guidée. En prime, vous aurez une vue à 360° sur l'Ouest à vous couper le souffle lors du lever du soleil ! Un moment grandiose..

Difficulté : **marcheurs réguliers - enfant à partir de 10 ans**
Lieu et horaire de rendez-vous :
2h du matin (le dimanche 8 octobre) sur le parking du point de vue du Maïdo
Durée : **7h**
Dénivelé + : 729 m
Dénivelé - : 729 m
Distance : **15,7 km**

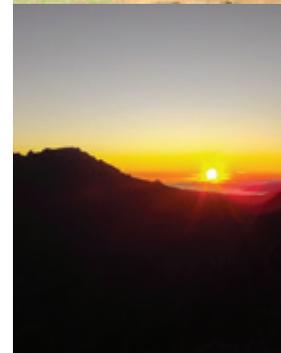


Pour une question d'organisation, les «bivouaqueurs» du week-end Zen ne pourront pas participer à cette journée plus ou moins sport.

À la Cool !

Lecture de paysage au Piton Maïdo

Les médiateurs du Parc vous attendent toute la matinée, de 8h à 12h, pour vous présenter les paysages, que vous pouvez admirer depuis le point de vue du Maïdo.





**14 & 15
OCTOBRE**

DESTINATION
Mafate

Randonnées & Bivouac

14 et 15 octobre • Dans le cirque de Mafate

Équipez-vous !

Prenez pour le week-end :

- des bonnes chaussures de marche
- des bâtons de marche
- un sac à dos (35 à 40L) contenant :
de la crème solaire + un vêtement chaud
et de pluie + un vêtement de rechange
+ une lampe frontale + une petite
trousse de secours + un petit nécessaire
de toilette + une serviette de bain
(microfibre).

Attention, tout cela doit rentrer dans votre sac à dos, qui ne sera pas hélitreuilé. Donc partez léger !

Prendre des forces !

Les petit-déjeuners (du samedi et du dimanche), le dîner à Grand-Place (bivouac), les collations et le déjeuner pique-nique « dans fon la rivière » le dimanche, **sont pris en charge par l'Office de Tourisme.**

On vous allège la marche !

Votre tente, votre tapis de sol et votre sac de couchage* seront hélitreuilés !
*(*tout autre matériel sera refusé).*

Vous avez jusqu'au 11 octobre pour nous emmener votre matériel, au siège de l'Office de Tourisme de l'Ouest : 10bis chemin Ravine Bernica sur Saint-Paul. (un plan vous sera remis lors de votre inscription).

Soyez prévoyants !

Mettez dans votre sac à dos votre sandwich pour le déjeuner du samedi + de l'eau + quelques en-cas pour les deux journées de marche..

Pratique

Des WC seront placés sur le site ainsi que des douches !



C'est parti pour L'Aventure !

Rendez-vous le samedi 14 octobre sur le parking de la Rivière-des-Galets (il sera gardé jour et nuit)

- Un petit-déjeuner vous sera offert avant le départ pour Mafate.
- Les randonneurs partiront soit en 4x4, soit en bus jusqu'au départ du sentier.

Retour le dimanche 15 au parking de la Rivière-des-Galets !

Les Randonnées

6 Randonnées guidées pour découvrir le magnifique cirque de Mafate et arriver jusqu'au Bivouac

Deux groupes sont constitués, avec un itinéraire différent, pour chaque niveau de rando.



- Des guides, accompagnateurs en montagne, diplômés d'État, ainsi que sur certains randos,
- ★ des agents du Parc national, vous accompagnent afin de vous faire découvrir toutes
- les richesses de ce magnifique cirque.

Les Randos Famille !

Niveau : Enfant à partir de 7 ans – Si l'enfant à moins de 7 ans, il devra être porté dans un sac à dos approprié.

ALLER
samedi 14

GRUPE 1

Heure de rendez-vous : 7h15

Transfert 4x4

Distance : 6,7km

Durée : 4h30

Dénivelé + : 624m

Dénivelé - : 137m

Itinéraire : Deux Bras • La Porte • Passerelle du Bras d'Oussy • Cayenne • Grand-Place Ecole • Grand-Place-les-Hauts

GRUPE 2

Heure de rendez-vous : 8h15

Transfert 4x4

Distance : 7,8km

Durée : 4h30

Dénivelé + : 553m

Dénivelé - : 67m

Itinéraire : Deux Bras • La Porte • Bassin Bras d'Oussy • Cayenne • Grand-Place-Ecole • Grand-Place-les-Hauts

RETOUR
dimanche 15

GRUPE 1

Départ : 9h

Distance : 7,8km

Durée : 3h

Dénivelé + : 67m

Dénivelé - : 553m

Transfert 4x4

Itinéraire : Grand-Place-les-Hauts • Cayenne • Bassin Bras d'Oussy • La Porte • Deux Bras

GRUPE 2

Départ : 8h30

Distance : 6,7km

Durée : 3h30

Dénivelé + : 137m

Dénivelé - : 624m

Transfert 4x4

Itinéraire : Grand-Place-les-Hauts • Grand-Place-Ecole • Cayenne • Passerelle Bras d'Oussy • La Porte • Deux Bras

Les Randos

Niveau : Moyens marcheurs,

ALLER
samedi 14

GRUPE 1

Heure de rendez-vous : 5h

Transfert bus

Distance : 9km

Durée : 7h

Dénivelé + : 284m

Dénivelé - : 1200m

Itinéraire : Sentier scout • La Plaque • Ilet à Bourse • Grand-Place-les-Hauts

GRUPE 2

Heure de rendez-vous : 5h30

Transfert bus

Distance : 12km

Durée : 6h

Dénivelé + : 682m

Dénivelé - : 859m

Itinéraire : Dos d'Ane • Deux Bras • La Porte • Passerelle du Bras d'Oussy • Cayenne • Grand-Place Ecole • Grand-Place-les-Hauts

Médium +

voire un peu plus !

RETOUR
dimanche 15

GRUPE 1

Départ : 9h30

Distance : 6,8km

Durée : 3h

Dénivelé + : 30m

Dénivelé - : 517m

Transfert 4x4

Itinéraire : Grand-Place-les-Hauts • Cayenne • Passerelle des Lataniers • Rivière-des-Galets • La Porte • Deux-Bras

GRUPE 2

Départ : 9h45

Distance : 7,8km

Durée : 3h

Dénivelé + : 67m

Dénivelé - : 553m

Transfert 4x4

Itinéraire : Grand-Place-les-Hauts • Cayenne • Rivière-des-Galets • La Porte • Deux Bras

Les Randos Confirmés

Niveau : Marcheurs Confirmés

⚠ Un certificat médical devra être donné lors de l'inscription

ALLER
samedi 14

GRUPE 1

Heure de rendez-vous : 5h

Transfert 4x4

Distance : 12,5km

Durée : 7h30

Dénivelé + : 1131m

Dénivelé - : 610m

Itinéraire : Deux-Bras • La Porte • Aurère • Ilet à Malheur • La Plaque • Ilet à Bourse • Grand-Place-les-Hauts

GRUPE 2

Heure de rendez-vous : 5h15

Transfert bus

Distance : 15km

Durée : 7h30

Dénivelé + : 886m

Dénivelé - : 2084m

Itinéraire : Maïdo • La Brèche • Ilet des Orangers • Ilet des Lataniers • Passerelle des Lataniers • Cayenne • Roche Anchrée • Grand-Place-les-Hauts

RETOUR
dimanche 15

GRUPE 1

Départ : 8h

Distance : 11,4km

Durée : 4h

Dénivelé + : 576m

Dénivelé - : 1058m

Transfert 4x4

Itinéraire : Grand-Place-les-Hauts • Roche anchrée • Cayenne • Rivière-des-galets • Deux-Bras

GRUPE 2

Départ : 10h

Distance : 7km

Durée : 3h

Dénivelé + : 67m

Dénivelé - : 553m

Transfert 4x4

Itinéraire : Grand-Place-les-Hauts • Grand-Place-Ecole • Cayenne • Rivière-des-galets • Deux-Bras

Le Bivouac

Samedi 14 octobre

Une nuit à la belle étoile...
vous allez vivre un moment incubliable !



Pratique : lors de votre arrivée à Grand-Place-les-Hauts nous vous remettrons votre tente et votre sac de couchage. Vous pourrez vous installer tranquillement.

Relax !

À partir de 15h
des soins relaxants

vous seront proposés, et cela jusqu'à l'heure de l'apéritif.

Diner

À partir de 20h

- Apéritif musical (ti punch ou jus de fruit)
- Diner : entrée + plat + dessert

Petit-déjeuner

À partir de 7h

- Café + thé + lait + jus de fruit + pain + beurre + confiture



Les Tarifs

7 & 8
OCTOBRE

DESTINATION
Zen

Week-end Zen des 7 et 8 octobre

- Bivouac + activités + diner et petit-déjeuner + transfert bus
45€ adulte / 25€ enfant
- Une place en gîte + activités + diner et petit déjeuner + transfert bus : 70€ adulte / 50€ enfant

Journée plus ou moins sportive du 8 octobre

Rando guidée ou Descente VTT ou balade à cheval
+ déjeuner : 25€ adulte / 15€ enfant

14 & 15
OCTOBRE

DESTINATION
Mafate

45€ adulte / 25€ enfant (de 7 à 11 ans) comprenant les randonnées dans Mafate, l'hélictreuillage, les repas et les petit-déjeuners (hors déjeuner du samedi 14 octobre), les transferts 4x4 et bus

Inscriptions avant :

- le 2 octobre midi pour « Destination Zen »
- le 9 octobre midi pour « Destination Mafate »

RENSEIGNEMENTS & RÉSERVATIONS

Office de Tourisme de l'Ouest
0810 797 797
accueil@ouest-lareunion.com
www.ouest-lareunion.com

3 BUREAUX D'INFORMATIONS TOURISTIQUES

SAINT-GILLES

En plein cœur
de la station balnéaire
1, place Julius Bénard
Ouvert 7 jours sur 7
10h-13h et 14h-18h

SAINT-LEU

À l'entrée Nord de St-Leu
1, rue le Barrelier
Ouvert lundi au vendredi
9h-12h et 13h30-17h30
Samedi 9h-12h et 14h-17h

LE PORT

En centre-ville
22, rue Léon
de Lépervanche
Ouvert lundi au vendredi
9h-12h30 et 13h30-17h