Cheval d'Aventure
VOYAGES À CHEVAL & TRADITIONS ÉQUESTRES DEPUIS 1972

2 rue Vaubecour - 69002 Lyon (France) +33 (0)4 82 53 99 89 infos@cheval-daventure.com

Informations au 13/11/2026

Chevaux et escapade Camarguaise

COURT SEJOUR FRANCE / PROVENCE - ALPES - CÔTE D'AZUR

Partez **à cheval à la découverte de la Camargue**, terre de cheval emblématique pour tous cavaliers. Sillonnez **à cheval les sentiers de Camargue** à travers marais et prairies et appréciez les embruns marins de la Méditerranée pendant vos galops sur la plage. Vivez au rythme des foulées de votre compagnon de route et, découvrez l'accueil du sud. Bienvenue en Camargue !

Court séjour France	**3 jours (2.5 à cheval)**	**À partir de 450 €**		En famille à partir de 8 ans	Ouvert aux non cavaliers


Chevaux de Camargue


Cheval de Camargue


Liberté pour les chevaux en Camargue

ITINÉRAIRE

Les points forts

• La découverte du cheval Camarguais et du Parc Naturel Régional de Camargue
• Une randonnée dynamique avec de belles allures
• Repas faits maison, intégrant au maximum les produits de terroir Camarguais
• Un parcours à cheval entre terre et mer

Jour 1 — PREMIERS PAS A CHEVAL EN CAMARGUE - 2.5h à cheval environ

Vous avez rendez-vous au Mas vers 13h00. Des transferts peuvent être organisés depuis certaines gares et aéroports (en supplément) - prévoir une nuit supplémentaire pour arriver la veille. Voir détails dans l'onglet "Dates et prix".

Vous vous installez au Mas avant de faire connaissance avec votre guide et vos chevaux. Cette première sortie à cheval vous plonge immédiatement dans l'ambiance camarguaise. Vous découvrez la monte traditionnelle camarguaise et partez explorer les paysages de l'intérieur des terres du Parc naturel régional de Camargue.

Cette première chevauchée permet de prendre vos marques avec votre monture tout en découvrant un visage plus confidentiel de la région, loin du littoral. Vous évoluez au fil des terres camarguaises et commencez à vous familiariser avec cet environnement façonné par l'eau et les grands espaces.

De retour au Mas, vous profitez d'une soirée libre (dîner non inclus) et passez la nuit au mas.
Nous vous conseillons de venir en voiture pour profiter, durant les temps libres, de la région, sinon il est possible de demander un plateau repas lors de la réservation (à régler sur place en espèces).

Jour 2 — PETIT RHONE ET PLAGES SAUVAGES DU GRAND RADEAU - Environ 5h à cheval

Aujourd'hui, une belle journée de randonnée vous attend. Vous quittez le Mas à cheval et gagnez les rives du Petit Rhône, dont les digues protègent les terres camarguaises. Vous longez le fleuve avant de vivre l'un des moments singuliers de cette randonnée : la traversée du Petit Rhône à bord du Bac du Sauvage, avec les chevaux.

Une fois sur l'autre rive, vous poursuivez votre chevauchée en direction du Domaine du Grand Radeau, une propriété privée qui abrite un environnement particulièrement préservé. Vous découvrez peu à peu sa pinède, sa plage ainsi que la faune et la flore caractéristiques de la Camargue. Entre espaces boisés et littoral, les paysages changent au fil de votre progression.

Vous faites halte sur la plage pour votre pique-nique. Lorsque les conditions le permettent, vous pouvez même profiter de cette pause pour vous baigner avant de retrouver votre cheval. Vous reprenez ensuite votre randonnée et regagnez le Mas en traversant cette fois l'intérieur des terres, l'occasion de découvrir une autre facette des paysages parcourus dans la journée.

De retour au Mas, vous partagez un apéritif puis le dîner avant une nouvelle nuit sur place.

Jour 3 — ENTRE ETANGS ET SAINTES MARIES DE LA MER - Environ 5h à cheval

Pour cette dernière journée à cheval, vous mettez le cap vers les Saintes-Maries-de-la-Mer. Vous empruntez les pistes cavalières qui traversent la Camargue entre terres et étangs et vous rapprochez progressivement du littoral. Au fil de la chevauchée, votre guide vous fait découvrir les différents « paliers » qui composent ce territoire et vous partage les particularités de la Camargue et de son vocabulaire.

Vous faites une pause au Bouvao d'Aubanel pour votre pique-nique, installé à l'ombre de la laupio. Votre guide profite de cette halte pour vous expliquer ces termes typiquement camarguais et vous faire découvrir un peu plus les traditions locales.

L'après-midi, vous poursuivez à cheval vers la plage Est des Saintes-Maries-de-la-Mer, puis la Réserve départementale des Impériaux. Vous traversez des paysages de marais et de sansouïres où la faune et la flore occupent une place majeure. Selon la période de votre séjour, vous pouvez observer différentes espèces d'oiseaux parmi les quelque 350 espèces migratrices recensées en Camargue.

Votre dernière chevauchée vous conduit finalement jusqu'à la pointe de Cacharel, où s'achève la randonnée. Vous rejoignez ensuite le Mas en minibus vers 18h00.

Départ individuel des cavaliers dans la foulée , ou transferts pour votre train/avion.

DATES & PRIX

DÉPART	RETOUR	PRIX HORS VOL	STATUT
13/11/2026	15/11/2026	450 €	Ouvert
20/11/2026	22/11/2026	450 €	Ouvert
27/11/2026	29/11/2026	450 €	Ouvert
04/12/2026	06/12/2026	450 €	Ouvert
11/12/2026	13/12/2026	450 €	Ouvert
18/12/2026	20/12/2026	450 €	Ouvert
25/12/2026	27/12/2026	450 €	Départ garanti
01/01/2027	03/01/2027	480 €	Départ garanti
08/01/2027	10/01/2027	480 €	Départ garanti
15/01/2027	17/01/2027	480 €	Départ garanti
22/01/2027	24/01/2027	480 €	Départ garanti
29/01/2027	31/01/2027	480 €	Départ garanti

05/02/2027	07/02/2027	480 €	Départ garanti
12/02/2027	14/02/2027	480 €	Départ garanti
19/02/2027	21/02/2027	480 €	Départ garanti
26/02/2027	28/02/2027	480 €	Départ garanti
05/03/2027	07/03/2027	480 €	Départ garanti
12/03/2027	14/03/2027	480 €	Départ garanti
19/03/2027	21/03/2027	480 €	Départ garanti
26/03/2027	28/03/2027	480 €	Départ garanti
02/04/2027	04/04/2027	480 €	Départ garanti
09/04/2027	11/04/2027	480 €	Départ garanti
16/04/2027	18/04/2027	480 €	Départ garanti
23/04/2027	25/04/2027	480 €	Départ garanti
30/04/2027	02/05/2027	480 €	Départ garanti
07/05/2027	09/05/2027	480 €	Départ garanti
14/05/2027	16/05/2027	480 €	Départ garanti
21/05/2027	23/05/2027	480 €	Départ garanti
28/05/2027	30/05/2027	480 €	Départ garanti
04/06/2027	06/06/2027	480 €	Départ garanti
11/06/2027	13/06/2027	480 €	Départ garanti
18/06/2027	20/06/2027	480 €	Départ garanti
25/06/2027	27/06/2027	480 €	Départ garanti
02/07/2027	04/07/2027	480 €	Départ garanti
09/07/2027	11/07/2027	480 €	Départ garanti
16/07/2027	18/07/2027	480 €	Départ garanti
23/07/2027	25/07/2027	480 €	Départ garanti
30/07/2027	01/08/2027	480 €	Départ garanti
06/08/2027	08/08/2027	480 €	Départ garanti
13/08/2027	15/08/2027	480 €	Départ garanti
20/08/2027	22/08/2027	480 €	Départ garanti
27/08/2027	29/08/2027	480 €	Départ garanti
03/09/2027	05/09/2027	480 €	Départ garanti
10/09/2027	12/09/2027	480 €	Départ garanti
17/09/2027	19/09/2027	480 €	Départ garanti
24/09/2027	26/09/2027	480 €	Départ garanti
01/10/2027	03/10/2027	480 €	Départ garanti

08/10/2027	10/10/2027	480 €	Départ garanti
15/10/2027	17/10/2027	480 €	Départ garanti
22/10/2027	24/10/2027	480 €	Départ garanti
29/10/2027	31/10/2027	480 €	Départ garanti
05/11/2027	07/11/2027	480 €	Départ garanti
12/11/2027	14/11/2027	480 €	Départ garanti
19/11/2027	21/11/2027	480 €	Départ garanti
26/11/2027	28/11/2027	480 €	Départ garanti
03/12/2027	05/12/2027	480 €	Départ garanti
10/12/2027	12/12/2027	480 €	Départ garanti
17/12/2027	19/12/2027	480 €	Départ garanti
24/12/2027	26/12/2027	480 €	Départ garanti

Remarques sur nos prix

EN 2026 :
• Les tarifs indiqués sont HORS TRANSFERTS par personne, en chambre double ou triple standard.

• Le groupe est composé de 1 à 10 cavaliers internationaux. L'accompagnement est francophone.

• Le partage de la chambre est automatique et obligatoire. Si vous souhaitez obligatoirement être en chambre individuelle, un supplément de 43€ par nuit sera demandé sur place.

• Différentes solutions de transferts sont possibles :
Vous arrivez en train :
Prévoir un train arrivant à Arles à 12h00 (17h00 si vous arrivez la veille) au plus tard afin de pouvoir prendre le bus Agglo 50 qui vous permettra d'être pris en charge par l'équipe du mas à l'arrêt de bus Pioch-Badet et de vous emmener aux écuries. Le dernier jour, vous êtes ramenés par l'équipe jusqu'à l'arrêt Pioch-Badet pour le car jusqu'à la gare d'Arles après la randonnée, aux alentours de 18h00 - 18h30,
Prévoyez un train qui part vers 19h30 - 20h00.
Si aucun train n'est possible pour les horaires proposés, il est possible de prévoir un transfert à 50€ par trajet (à régler sur place, en espèces).

Vous arrivez en avion à l'aéroport de Montpellier (supplément de 100€ aller-retour, à régler sur place, en espèces) :
Prévoir une arrivée le matin avec un avion atterrissant au plus tard à 09h15 le matin du départ. Le dernier jour, prévoir un avion décollant à partir de 17h45 - 18h00.
Possibilité d'arriver la veille de la randonnée, avec un avion atterrissant à 17h00 pour un transfert jusqu'au mas

• Possibilité de nuit supplémentaire (obligatoire si arrivée la veille) - à régler sur place, en chèque ou espèce:
- Chambre individuelle (en petit-déjeuner) : 85€
- Chambre individuelle (en demi-pension): 113€
- Chambre partagée (en petit-déjeuner) : 45€
- Chambre partagée (en demi-pension): 73€

• La taxe de séjour est à régler sur place auprès du guide directement, en espèce. Le montant est de 1.01€ par personne et par nuit.

• Les enfants, accompagnés d'un adulte, sont les bienvenus à partir de 08 ans, et 12 ans non-accompagnés sur remise d'une autorisation parentale - à condition d'avoir le niveau équestre requis.
Les enfants de moins de 12 ans bénéficient d'une remise de 20 €

• Cette randonnée n'est pas accessible aux cavaliers de plus de 90 kg.
Au delà de 90 kg, nous consulter.

• Les accompagnants non cavaliers sont les bienvenus et bénéficient d'une remise de 280€
Les repas du midi laissés libres. Nous vous recommandons fortement d'être munis d'un véhicule dans le cas où vous soyez non cavalier. L'arrêt de bus

le plus proche est à 5km, avec seulement 5 bus dans la journée et sur une route dangereuse.

• Les chiens sont les bienvenus sur le séjour, à condition qu'un non-cavalier l'accompagne. En effet, ils ne sont pas accepté à cheval, et ne peuvent pas rester dans les chambres, sans surveillance. Supplément à régler sur place.

• Possibilité de venir avec votre propre cheval (paddock avec foin). Nous consulter pour le tarif.

A NOTER :
Face aux épisodes de fortes chaleurs qui deviennent de plus en plus fréquents en été, notre équipe locale a fait le choix d'adapter les horaires des randonnées afin de préserver le bien-être des chevaux comme celui des cavaliers.
Lorsque les températures l'exigent, les départs se font plus tôt le matin, généralement vers 6h30, pour un retour aux alentours de 13h30-14h00. Vous pourrez ainsi profiter des heures les plus chaudes de la journée pour vous détendre, vous reposer ou vous rafraîchir à la mer.
Selon les journées et les conditions météorologiques, certaines sorties peuvent également être organisées en fin d'après-midi, avec un départ vers 17h00.
Cette organisation permet de continuer à profiter pleinement de votre randonnée dans les meilleures conditions, tout en veillant au confort et à la sécurité de tous.

****
****
****
En 2027 :
• Les tarifs indiqués sont HORS TRANSFERTS par personne, en chambre double ou triple standard.

• Le groupe est composé de 1 à 10 cavaliers internationaux. L'accompagnement est francophone.

• Le partage de la chambre est automatique et obligatoire. Si vous souhaitez obligatoirement être en chambre individuelle, un supplément de 43€ par nuit sera demandé sur place.

• Différentes solutions de transferts sont possibles :
Vous arrivez en train :
Prévoir un train arrivant à Arles à 12h00 (17h00 si vous arrivez la veille) au plus tard afin de pouvoir prendre le bus Agglo 50 qui vous permettra d'être pris en charge par l'équipe du mas à l'arrêt de bus Pioch-Badet et de vous emmener aux écuries. Le dernier jour, prévoyez un train qui part vers 19h30 - 20h..
Si aucun train n'est possible pour les horaires proposés, il est possible de prévoir un transfert à 50€ par trajet (à régler sur place, en espèces).

Vous arrivez en avion à l'aéroport de Montpellier (supplément de 200€ aller-retour, nuitée du dimanche en formule petit-déjeuners incluse, à régler sur place, en espèces) :
Prévoir une arrivée le vendredi avec un avion atterrissant au plus tard à 11h00. Le lundi, prévoir un avion décollant à partir de 11h.

• Possibilité de nuit supplémentaire en formule petit-déjeuner (obligatoire si arrivée la veille) - à régler sur place, en chèque ou espèces: 45€ par personne et par nuit.

• Les soirs où les dîners sont libres, un snack peut-être fourni, en supplément et sur réservation;. A régler sur place en chèque ou espèces.

• La taxe de séjour est à régler sur place auprès du guide directement, en espèce. Le montant est de 1.01€ par personne et par nuit.

• Les enfants, accompagnés d'un adulte, sont les bienvenus à partir de 08 ans, et 12 ans non-accompagnés sur remise d'une autorisation parentale - à condition d'avoir le niveau équestre requis.
Les enfants de moins de 12 ans bénéficient d'une remise de 65 €

• Cette randonnée n'est pas accessible aux cavaliers de plus de 90 kg.
Au delà de 90 kg, nous consulter.

• Les accompagnants non cavaliers sont les bienvenus et bénéficient d'une remise. Nous consulter pour le montant.
Les repas du midi laissés libres. Nous vous recommandons fortement d'être munis d'un véhicule dans le cas où vous soyez non cavalier. L'arrêt de bus le plus proche est à 5km, avec seulement 5 bus dans la journée et sur une route dangereuse.

• Les chiens sont les bienvenus sur le séjour, à condition qu'un non-cavalier l'accompagne.
En effet, ils ne sont pas accepté à cheval, et ne peuvent pas rester dans les chambres, sans surveillance. Supplément à régler sur place.

• Possibilité de venir avec votre propre cheval (paddock avec foin). Nous consulter pour le tarif.

• ATTENTION:
Entre le 01 juin et le 15 septembre, une nuit sur place la veille est obligatoire pour celles et ceux qui ne viennent pas en voiture car la première journée à cheval commence à 09h. Si vous arrivez en voiture, merci de prévoir une arrivée à 08h au plus tard.
Face aux épisodes de fortes chaleurs qui deviennent de plus en plus fréquents en été, notre équipe locale a fait le choix d'adapter les horaires des randonnées afin de préserver le bien-être des chevaux comme celui des cavaliers.
Lorsque les températures l'exigent, les départs se font plus tôt le matin, généralement vers 6h30 à partir du J2, pour un retour aux alentours de 13h30-14h00. Vous pourrez ainsi profiter des heures les plus chaudes de la journée pour vous détendre, vous reposer ou vous rafraîchir à la mer.
Selon les journées et les conditions météorologiques, certaines sorties peuvent également être organisées en fin d'après-midi, avec un départ vers 17h00.
Cette organisation permet de continuer à profiter pleinement de votre randonnée dans les meilleures conditions, tout en veillant au confort et à la sécurité de tous.

AVERTISSEMENT
Le parcours peut être modifié pour des raisons de sécurité, de météorologie ou d'imprévus. Des événements indépendants de notre volonté peuvent modifier les parcours : routes coupées, fleuves en crue, sécheresse, grèves, fêtes locales... Cheval d'Aventure, ses partenaires, ses accompagnateurs, ainsi que ses guides locaux mettront toujours tout en œuvre pour apporter la meilleure solution, même en modifiant le parcours.
Les noms des hébergements sont donnés à titre d'information. En fonction des disponibilités, ils pourront être modifiés et remplacés sans préavis par un autre hébergement de même catégorie.

Notre prix comprend

ACCOMPAGNEMENT

1 guide équestre français

EQUIPE LOGISTIQUE

1 cheval équipé par cavalier

TRANSPORTS INTÉRIEURS

Véhicule d'intendance
Bus privatisé
Transferts arrêt de bus Pioch Badet aller et retour

MODE D'HÉBERGEMENT

Chambre d'hôte

REPAS

Formules vegetarienne, vegan et sans gluten possibles
Pension complète du petit-déjeuner du J2 au déjeuner du J3

MATÉRIEL DIVERS

Sacoches doubles a cheval
Pharmacie collective

Notre prix ne comprend pas

Assurance rapatriement et annulation "multirisques" sans risques épidémies : 3,8% du prix de votre voyage.
Assurance Annulation et interruption de séjour : 2,8% du prix de votre voyage.
Assurance complémentaire carte bancaire (gold, visa premier...) : 2,1% du prix de votre voyage.
Frais d'inscription obligatoires : 15 euros par personne

REPAS

Boissons et extras personnels
Le dîner du J1

TRANSPORTS

Acheminement sur place pour les voyages en France
Taxes locales

DIVERS

Pourboires aux équipes locales (à votre discrétion)
Les entrées payantes dans les parcs, sites et musées

ASSURANCE

Les assurances annulation et recherche- assistance et rapatriement (obligatoire). Consultez nos conditions d'assurance

En option

HÉBERGEMENT

Supplément chambre individuelle

TRANSPORT

Transfert aéroport / gare

LOGISTIQUE

Nuit supplémentaire avant et ou après le séjour

INFOS ÉQUESTRES

Cavalerie

Chevaux d'élevage de race Camarguaise, dociles et parfaitement adaptés aux cavaliers confirmés, des plus aguerris aux plus anxieux. Ils vivent au pré toute l'année ce qui les maintient dans un état d'esprit optimal pour la randonnée. Chevaux très polyvalents, endurants, au pied sûr et dociles.

Guide & équipe locale

Accompagnateur, guide équestre.

Niveau équestre & forme physique

MINIMUM TECHNIQUE REQUIS

Voyage adressé aux cavaliers confirmés pouvant monter en extérieur et en terrain varié pendant plusieurs heures.
Le port du casque est obligatoire pour tous les cavaliers.

Cette randonnée n'est pas accessible aux cavaliers de plus de 90kg.
Au delà de 90kg, nous consulter.

ALLURES

Comme pour toute randonnée, le pas reste l'allure de référence. Cette randonnée est ponctuée de jolis galops et de longs trots dès le terrain le permet !

AUTONOMIE ET PARTICIPATION

Il vous sera demandé de panser, seller et desseller votre cheval. Vous pourrez les nourrir et les abreuver tous les jours si vous le souhaitez.

NIVEAU ET EXPÉRIENCE REQUISE

Terrain varié, alternant terrain ouvert, prairies, pistes sablonneuses, marécages et traversée de cours d'eau. 2 à 6h de cheval selon le jour.

EQUIPEMENT EQUESTRE

Selles de randonnée confortables, avec sacoches.
Le port du casque est obligatoire. Pour des raisons de sécurité et d'hygiène, munissez vous de votre matériel.

INFOS PRATIQUES

CONFORT

Hébergement dans un gîte de France 2 épis, en chambre de 2 à 3 personnes, avec salle de bain.
Le Mas est situé à 10km du premier village et de la mer.
Linge de lit (couette, draps, oreillers...), chauffage, ventilateur, moustiquaire et volet sont prévus pour votre confort...
Les serviettes de toilette et draps de bain ne sont pas fournis.
WIFI disponible
Nos amis les chiens sont les bienvenus, mais ne sont pas autorisés à accompagner la randonnée ou à rester seuls dans les chambres.

REPAS

Petit déjeuner complet typiquement français : pain, beurre confiture, et boissons chaudes. le déjeuner est soit sorti des sacoches soit pris à la table d'hôte de Mas, où l'on vous servira des spécialités camarguaises. Le vin est compris dans les repas. Le dîner est pris également au Mas, entré, plat et dessert. Apéritif et autres boissons en supplément aux dîners.
Les dîners des jours 1 et 3 sont libres.

CLIMAT

La Camargue est soumise au climat méditerranéen avec une longue période estivale, chaude et sèche, des hivers doux, un ensoleillement important et des précipitations irrégulières.
Son climat comporte des particularités liées à sa situation géographique au sud du couloir rhodanien entre les Cévennes et les Alpes du Sud.

Ainsi les automnes, et la période d'avril et début mai, sont arrosés par des précipitations brèves, mais importantes.
Les hivers sont parfois rigoureux à cause du mistral, les températures descendent fréquemment sous zéro sur des périodes pouvant dépasser parfois plusieurs semaines. Les températures varient entre 3 et 12°C.

Des orages se produisent généralement en automne et peuvent provoquer des précipitations de 200 mm par jour et parfois plus. De durée de quelques heures, ils sont en souvent violents. Les températures varient entre 6 et 24°C.

Au printemps les températures varient entre 6 et 26°C.

En été les températures varient entre 16 et 30°C.

TIPS

En France le pourboire est de coutume dans le domaine de la restauration et de l'hôtellerie notamment lors d'une demande particulière. Concernant les équipes d'encadrement équestre, les pourboires sont également appréciés mais ils restent à votre entière discrétion et ne sont pas obligatoires.

LISTE EQUIPEMENT

Les informations sont données à titre indicatif et doivent être adaptées à la saison.

Tête
• Un casque d'équitation : Il est fortement recommandé et souvent obligatoire. Les fabricants (GPA, HKM, LAS Helmets, Lamicell, Troxel, Equithème…) proposent aujourd'hui des casques d'équitation ventilés, solides et légers, agréables sous toutes les latitudes. Il existe également des coques de protection à mettre sous votre chapeau (Ranch & Rider, Lexington Safety Products) ou des chapeaux casques western (Troxel).
En cas de besoin, la manade possède une dizaine de bombe qu'elle peut mettre à votre disposition, mais toute les tailles ne sont pas disponibles.
• Casquette ou chapeau pour le soleil (indispensable)
• Un bandana, une écharpe ou foulard ou chèche pour protéger le cou ou le visage de la poussière et du soleil
• Une paire de lunettes de soleil haute protection

Buste
• Tee-shirts en coton + chemises à manche longue (pour protection contre le soleil) ou T-shirt en matières techniques à séchage rapide.
• 1 polaire légère ou pull équivalent ou 1 polaire chaude ou équivalent
• 1 veste imperméable/ciré. Le poncho est à éviter absolument !

Jambes
• 1 ou 2 culotte(s) d'équitation
• 1 pantalon de rechange (randonnée ou jean ou équivalent)
• 1 sur-pantalon imperméable et respirant en cas de pluie
• 1 maillot de bain
• Sous-vêtements en coton ou en synthétique non irritant

Pieds et Mains

• 1 paire de chaussures de marche légères de préférence imperméable, avec chaps ou boots avec des mini-chaps spécifique pour l'équitation
• 1 paire de baskets ou chaussures légères équivalentes pour le soir
• Plusieurs paires de chaussettes
• 1 paire de gants pour se protéger du soleil et des frottements

Petits trucs à cheval
• Crème apaisante bien utile aux recoins de votre intimité irrités par de longues heures à cheval.
• Rien sur le dos, tout dans une veste multi-poches ou une banane ventrale: stick à lèvres, crème solaire, passeport, petit appareil photo ou mini caméra (étanche), cordelettes, lunettes… plus accessible que les fontes.
• Le sac à dos à cheval n'est pas autorisé

Divers
• 1 gourde de 1,5 litres
• Nécessaire de toilette, dont serviettes de toilette
• Des boules 'quies' peuvent être utiles
• Appareil photo (avec une batterie de rechange)

Pharmacie
Par précaution, indiquez vos allergies aux médicaments dans votre pharmacie.
Ceci est une pharmacie type, à adapter selon vos habitudes de voyage
• Médicaments personnels
• Aspirine ou doliprane
• Anti diarrhéiques
• Vitamine C
• Crème solaire à forte protection pour les lèvres et la peau
• Collyre
• Crème hydratante
• Un rouleau de sparadrap
• Une bande élastique adhésive de 10 cm de large
• Une boîte de pansements adhésifs
• Pochettes de désinfectants prêtes à l'emploi
• Une crème et un spray anti moustique
• Des Compeed pour les ampoules.

TOURISME RESPONSABLE

Ce voyage est accessible en train, une option plus respectueuse de l'environnement qui génère des émissions plus faibles de CO2 (+ d'infos ici).

Voici nos 6 conseils pour un voyage responsable :

1. **Voyagez léger** : Le poids des valises impacte négativement les émissions de CO2 du kérosène et de l'essence.
2. **Supprimez le plastique** : Emmenez votre gourde réutilisable préférée. Un mug et des couverts durables pour les nuits en tente ou pendant votre vol.
3. **Préservez la nature** : Prévoyez une "poubelle de voyage" pour vos déchets pendant la randonnée. Laissez les plantes à leur place, elles sont plus belles ainsi, observez la faune à distance pour ne pas les déranger. Utilisez des produits cosmétiques biodégradables, afin de protéger votre peau et l'environnement.
4. **Faites du tourisme éthique** : refusez de prendre part à toute activité offrant un exploitant les animaux sauvages (spectacles, caresses avec touristes, etc.) .
5. **Soutenez les populations locales** : découvrez leur culture, respectez leurs coutumes, achetez des souvenirs locaux.
6. **Partagez !** sensibilisez votre entourage au tourisme responsable

Pour plus d'informations, retrouvez notre article détaillé sur le Mag .