

# Calendrier 2019

19 au 21 avril	Séjours libres	
21 au 27 avril	Chantier de printemps	Marc Dombre
29 juin au 6 juillet	Chantier d'ouverture	Philippe Samson
6 au 13 juillet	Danse sans frontière, gym douce	Janine Revol - Chantal Le Ledan
	Énergie et créativité	Genevieve Barreau - Sushila Dalan
13 au 20 juillet	Jeux d'écriture	Cathy Millin - Bernard Danzel
	Tai Chi Chuan	Marie-Christine Sirieux
20 au 27 juillet	Rando découverte de la marche en conscience et Yoga	Valérie Rubio - Jean Delon
	Peinture au couteau. Reproduction dessin et recouvrement à la craie (enfants)	Jacques Maes - Françoise Verheyde
27 juillet au 3 août	Fabriquer sa marionnette et lui redonner vie	Denise Timsit - Brigitte Bétis Viguie
	Corps Voix et Mouvement	Jacqueline Feneyrou
3 au 10 août	La lettre prise aux mots Calligraphie et écriture	Sophie Durand - Lionel Roubin
	Contredanses anglaises et américaines	Yvette Torrens - Nicole Rainisio
10 au 17 août	Corpo rythme et balades (Percussion Corporelle)	Ralph Nataf - Alain Micoulet
	Accordéon diatonique	Marina Schweizer
17 au 24 août	Randonnées cévenoles à la journée	Anne Lebaron
	Do-In, balade, un zeste végétarien	Françoise Emery - Hervé Mouillé
24 au 31 août	Randonnées et découverte du patrimoine cévenol	Alain Hugonie
dates à définir	Chantier d'automne	Marc Dombre



## Réservation

indispensable  
et fiche technique  
auprès du secrétariat

Lou Valat chez Christian Gillot  
71-L route du Pavé blanc  
92140 Clamart  
tél. : 06 69 22 12 34  
mél. : louvalat@laposte.net

## En juillet et août

Vernet 48370 St-Germain-de-Calberte  
tél. : 04 66 45 90 81

## Site Internet

Docs, infos, photos...  
<http://www.louvalat.fr>

# Infos 2019

## Tarifs

### Séjour avec stage

Une semaine de stage.....266 €  
comprenant  
 Frais pédagogiques.....105 €  
 Pension complète (7 jours).....161 €

Accueil le samedi après-midi.  
Départ le samedi suivant.

### Séjour sans stage (séjour libre)

Une semaine sans stage.....161 €  
 Tarifs spéciaux.....nous consulter

### Adhésion

De base.....20 €  
 Bienfaiteur, à partir de.....30 €

### Taxe de séjour

Toute personne de plus de 12 ans séjournant à titre onéreux est assujettie à une taxe de séjour de 0,50€ par nuitée.



# Des vacances dans le parc des Cévennes en 2019

UNE ASSOCIATION  
D'ACCUEIL ET DE  
LOISIRS DANS UN  
HAMEAU BLOTTI  
DANS LA MONTAGNE,  
AU CŒUR DU  
PARC NATIONAL DES CÉVENNES

À Vernet (30 km au sud-est de Florac), dans un vallon près de Saint-Germain de Calberte, en Lozère.

Lou Valat, association loi 1901, propose des vacances actives pour les adultes. Les familles sont les bienvenues, les enfants restant sous la responsabilité des parents.

Des maisons restaurées au confort rustique qui peuvent recevoir une

treintaine de personnes en chambres de deux à quatre lits.

Une vie collective amicale fondée sur la responsabilité de chacun.

Un lieu de rencontre, d'échange pour des vacances pas comme les autres.

Les documents ci-dessous sont à remplir et envoyer à

**Lou Valat chez Christian Gillot 71 - L route du Pavé blanc 92140 Clamart**

## Aller à Lou Valat



# Adhésion et inscription à Lou Valat

Nom et Prénom: .....

Âge pour les moins de 18 ans : .....

Adresse complète : .....

.....

Code postal : ..... Ville : .....

Tél. fixe : ..... Tél. mob. : .....

Mél : .....

(Mes chèques à l'ordre de Lou Valat)

### J'adhère à l'association Lou Valat

- Je joins un chèque d'adhésion (20€ de base ou bienfaiteur à partir de 30€) si l'adhésion n'est pas déjà prise, à l'AG (par exemple).

### Je m'inscris à un séjour (ou plus)

Séjour du : ..... au : .....

Stage(s) : .....

(Renseignements et fiches techniques auprès du secrétariat)

- Je joins un chèque d'arrhes (50€) validant l'inscription au stage ( Les arrhes sont acquises à l'association pour toute annulation survenue moins de 15 jours avant le début du stage)

Date : .....

Signature

**Conformément aux dernières dispositions législatives, vous pouvez exercer vos droits d'accès aux données personnelles détenues par l'association en contactant le secrétariat.**

**Droit à l'image :** ..... (nom) refuse que des images le/la représentant et/ou représentant son ou ses enfants ..... soient diffusées sur le site Internet de Lou Valat.

### ► Route

Les derniers kilomètres se font sur de petites routes pittoresques et sinueuses. En venant du col de Jalcreste, après Saint-André de Lancize et avant le lieu dit Le Viala, prendre sur la droite un chemin goudronné qui conduit à Vernet (3,5 km).

### ► Covoiturage

Une page du site Internet vous attend pour déposer une annonce de covoiturage : <http://www.louvalat.fr> puis suivre "Covoiturage"

### ► Train et taxi

Arrivée en gare de Sainte-Cécile d'Andorge, correspondance à Nîmes ou à Alès, il restera une trentaine de kilomètres à faire en taxi.

**M. Felgeirolle** au 06 80 84 58 09 (60 à 70€)

(Avec 2 trains par jour, il est facile de se regrouper).

Le site Internet "Lozère Le Département" donne de précieuses indications sur les transports en commun et l'hébergement : <http://lozere.fr>

Celui de Lou Valat tient à jour celles des cars et taxis.

### ► Train jusqu'à Alès puis car

**Société Boulet** : 04 66 65 19 88 / 06 60 58 58 10

Horaires Alès Col de Jalcreste

Du lundi au vendredi **12h10 13h00**

Samedi **11h00 11h50**

Tarif : environ 10 €

S'organiser auparavant pour que quelqu'un vous prenne au col et vous conduise à Vernet.

## Notes importantes

- Semaine de séjour "standard" : arrivée samedi, départ le samedi suivant.
- Capacité d'hébergement limitée.
- Réservation indispensable avec vos dates précises d'arrivée et départ.
- Durant les jours avant ou après votre séjour, la priorité est donnée aux séjournants de la semaine ce qui pourrait vous amener à dormir sous une tente.
- Apporter : **lampe de poche indispensable**, drap de dessus, housse de couette ou duvet, l'oreiller que vous aimez, et instruments de musique, contes, chansons et... vos recettes, vous repartirez avec celles des autres !