



# Séjour Randonnée LE TERROU

## 28/09/2024 au 05/10/2024

**Adresse du Village : Club Terrou 34 Place du 2 juin 1944 – 46120 Terrou**

### **Informations générales :**

- Village à 13 KM de CERE 46400 + - 300 KM Entre 4 et 5 heures de Breuillet suivant itinéraires  
**(Attention autre village TERROU Direction Gramat !!!)**
- Chambres disponibles à 17 h (Possibilité de visite - Beaulieu, Collonges la rouge à 1h15 de Terrou ou Lacapelle Marival à 25 mn de Terrou)
- Libération des chambres le 5/10/2024 à 9h (après petits déjeuners)

### **Intendance :**

- Lit fait et linge de toilette fourni (possibilité de changer du mardi 14h au Jeudi 12h)
- Prévoir drap de bain et maillot de bain pour les hommes (shorts interdits)
- Emmener thermos et gourdes (afin d'éviter les bouteilles plastiques)
- Si besoin, prévoir boîtes et couverts pour le déjeuner

### **Petits Plus :**

- Déjeuner gastronomique Le Jeudi
  - o (Potage Quercynois (style garbure)
  - o Assiette de foie gras de canard maison, salade de gésiers, compotée d'oignons.
  - o Vin blanc moelleux de Gaillac.
  - o Tranches de magret de canard, tomate provençale, gratin dauphinois.
  - o Vins rosé et rouge de Gaillac.
  - o Fromage de Rocamadour.
  - o Bavarois aux noix, glace noix maison.
  - o Digestifs : Vieille prune et Suprême de noix.
- **Pensez à emmener les encas du matin et de l'après-midi (Barres de céréales ....)**

### **Restauration :**

- S/gluten prévoir le pain des 1ers jours
- Grillades au Lac le Mardi
- Possibilité de pique-nique de départ 11 euros –
- Possibilité de repas chaud le midi pour les personnes ne marchant pas suivant disponibilité locale
- Repas du midi amené par l'équipe du Terrou

### **Animations :**

- Soirée animée à partir du deuxième soir –
- Accès espace bien être ( Piscine etc...)

### **Programme Randonnées :**

- 2 accompagnants - 5 Jours ½ de randonnées. Les guides seront Juline Gau, Lucie Palma et Emma Servos
  - o Départ le matin 8h15 – 8h30 retour 17h à 17h30 (Petit-déjeuner 1 h avant)
  - o 30 à 45 minutes de voiture maximum
  - o Départ des groupes ensemble et traces différentes pour les deux groupes
  - o Repas commun vers 13h et possibilité de deuxième boucle plus courte l'après-midi.
  - o Pour le repas gastronomique du jeudi, boucle accompagnée le matin et libre l'après ce qui nous permettra d'avoir les deux guides pour la journée entière du vendredi
  
- 

### **Logistique :**

- Covoiturage à charge des participants
- Pour les voitures électriques, pas de problème, chargeurs existant pour véhicules des guides, et installation d'un chargeur rapide en cours.