Nature à Pattes

PROGRAMME – RANDONNÉES PRINTEMPS

MARS / AVRIL / MAI / JUIN 2024

Randonnées en Côte d'Or

Le programme !

dim. 31 Mars	Les châtelets du Suzon
dim. 14 Avril	Le grand tour de Saint-Fol
dim. 21 Avril	Les marches du seuil de Bourgogne
merc. 24 Avril	Balade contée et sortie familiale (adaptée aux enfants)
merc. 22 Mai	Chemins secrets en Vaux-de-Roche
Jeu. 30 Mai	Allons ensemble au bout du monde !
dim. 9 Juin	La boucle des deux Roches
Jeu. 27 Juin	La cité gallo-romaine oubliée de Salmaise

RANDONNER AVEC NATURE À PATTES...

...LE PLAISIR DE MARCHER GARANTI !

> Des parcours thématiques originaux

> Des paysages variés

> Des ambiances surprenantes

> Approche pédagogique des milieux naturels

> Un incroyable patrimoine naturel et historique

> Organisation et sécurité assurées

> Partage et convivalité, en marchant !

Les châtelets du Suzon

Dimanche 31 Mars

Val Suzon

À L'AUBE DES TEMPS ÉTAIENT LES ÉPERONS BARRÉS

Au départ de Val Suzon Haut, nous cheminerons entre combes sauvages, balcons et falaises, à la recherche des éperons barrés, vestiges préhistoriques qui attestent de la présence humaine dans le Val-Suzon… plus de 5000 ans avant notre ère !

Mais d'autres belles surprises, géologiques comme historiques, jalonneront bien sûr notre itinéraire, au coeur de la réserve naturelle.

En outre, cette première sortie du programme fera la part belle à la flore dite «d'hiver» ! Un émerveillement sensoriel, qui remplacera bien naturellement la recherche des oeufs de Pâques !

LA RANDO > 15 km /// 570 mètres D+/D-

DIFFICULTÉ > Rando de niveau moyen

LE DÉPART > RdV covoiturage à 8h30

LE « PLUS » > La flore d'hiver ; des vestiges inattendus

Les marches du Seuil de Bourgogne

Dimanche 21 Avril

La Montagne

EN CHEMIN… FRANCHIR LE SEUIL !

Au programme de cette nouvelle journée, une boucle au départ du village de Mâlain, dominé par son château ruiné en cours de restauration. Au fil de ce parcours, riche de patrimoines divers et variés, vous « enjamberez » plusieurs fois, sans même vous en rendre compte - la ligne TGV qui relie Dijon à Paris ! Nous sommes en effet sur les marches du « seuil de Bourgogne »… dont la topographie a contraint les ingénieurs à percer un tunnel de plus 3 km de longueur !

Car ce relief n'a rien d'anecdotique, à l'image des impressionnantes falaises de Baulme-la-Roche… parées de leur remarquable cortège de fleurs sauvages, qui feront le régal de nos pupilles !

LE DÉPART > RdV covoiturage à 8h30

LE « PLUS » > Les sites de Baulme-la-Roche et Mâlain

LA RANDO > 15,5 km /// 440 mètres D+/D-

DIFFICULTÉ > Rando de niveau moyen

Le Grand Tour de Saint-Fol

Dimanche 14 Avril

Val Suzon

ICI, LES BALCONS SONT FLEURIS !

Au départ de Messigny-et-Vantoux, cette belle randonnée vous garantit des ambiances très variées tout au long du parcours.

Entre combes froides et sauvages et balcons arides, nous rencontrerons de multiples sources, donc certaines tuffantes, des arches minérales et des falaises, tout en profitant de nombreux belvédères donnant à admirer le Val Suzon (classé forêt d'exception et réserve naturelle régionale - rien que ça !). En chemin, nous serons bien sûr attentifs à la richesse écologique (les fameux balcons fleuris de Saint-Fol !) et historique des lieux, entourés de nombreuses légendes, que ne manquera pas de vous conter votre guide !

LA RANDO > 17,5 km /// 520 mètres D+/D-

DIFFICULTÉ > Niveau moyen / 1 passage technique

LE DÉPART > RdV covoiturage à 8h15

LE « PLUS » > Les balcons fleuris de Saint-Fol

Balade contée et sortie familiale

Mercredi 24 Avril

Alentours de Dijon

UNE BALADE LUDIQUE POUR PETITS… ET GRANDS

Geoffroy vous propose un nouveau format de randonnée, adapté aux familles avec des enfants de plus de 8 ans.

L'enjeu de la journée ne sera pas bien sûr de faire des prouesses physiques, même si nous marcherons tout de même près de quatre heures, avec un rythme adapté aux plus jeunes, et des pauses régulières.

Le parcours sera proposé aux enfants comme un jeu de pistes, égrené de petits contes et orienté vers la découverte du milieu naturel, en conciliant activités ludiques et pédagogiques (devinettes, recherches d'indices, land'art…)

LE DÉPART > RdV covoiturage à 9h15

LE « PLUS » > Une sortie pensée pour les enfants, à partir de 8 ans, qui combinera les temps de marche et de pause, des petits contes et la découverte ludique des milieux naturels, pour le plaisir des plus jeunes !

LA RANDO > 4h de marche max, dénivelé adaptée

Chemins secrets en Vaux-de-Roche

Mercredi 22 Mai

Val Suzon

UN FASCINANT TÉMOIN DU KARST BOURGUIGNON !

Partons cette fois arpenter le Val Courbe, c'est à dire la partie amont du Val Suzon. Au fil du chemin, nous explorerons l'emblématique combe de Vaux-de-Roche, remarquable témoin du « karst bourguignon » !

Vous y trouverez les ambiances caractéristiques du Val-Suzon (« bouts du monde » ou reculées, sources de printemps, éperons rocheux, grottes…), ainsi qu'une surprise de taille : l'abîme du creux percé, et les légendes qui l'entourent !

L'histoire des lieux ne sera pas non plus en reste, avec la découverte de Château Hurpot, un «habitat déserté» datant du XIème et XIIème siècle !

LA RANDO > 14,5 km /// 450 mètres D+/D-

DIFFICULTÉ > Niveau moyen / 1 passage technique

LE DÉPART > RdV covoiturage à 8h30

LE « PLUS » > D'incroyables surprises géologiques

Allons ensemble au Bout du Monde !

Jeudi 30 Mai

Pays Beaunois

« RECULÉE » POUR MIEUX S'ÉMERVEILLER !

Cette randonnée, véritable perle, vous fera faire le tour du Cirque du Bout du Monde, la « reculée » la plus célèbre de Côte d'Or, et pour cause : elle abrite l'une des seules cascades du département !

Après avoir gravi le coteau, nous mènerons la « chasse » aux orchidées sauvages, avant de descendre au coeur du Cirque, pour y admirer la cascade du « Cul de Menevault », la Grotte de la Tournée et leurs magnifiques rivières pétrifiantes.

Nous rentrerons par les crêtes et profiterons d'une vue plongeante sur la vallée de la Cosanne, partagée entre vignoble et bocage et dominée par les impressionnantes falaises de Cormot.

LA RANDO > 14,4 km /// 510 mètres D+/D-

DIFFICULTÉ > Rando de niveau moyen

LE DÉPART > RdV covoiturage à 8h15

LE « PLUS » > Un (probable) festival d'orchidées

La boucle des deux Roches

Dimanche 9 Juin

Arrière Côte

QUAND DEUX « PLAINS » VALENT MIEUX QU'UN !

Au menu de cette randonnée, deux belvédères incontournables sur l'arrière Côte : la Roche Pompon et la Roche d'Anse, ainsi nommée car « percée » et donc en forme d'arche minérale.

Ces deux promontoires rocheux constituent les extrémités méridionales respectives des plains de Suzâne et de Suzard, deux reliefs tabulaires caractéristiques de la région, comme des tours jumelles, qui surplombent le plateau d'Urcy.

Notre itinéraire sera par conséquent légèrement plus sportif qu'à l'accoutumée, compte tenu de dénivelées plus importantes. Nous emprunterons d'ailleurs une portion du sentier Jean Sage !

LE DÉPART > RdV covoiturage à **9h30** (élections)

LE « PLUS » > D'exceptionnels balcons sur l'arrière Côte

LA RANDO > 14,5 km /// 650 mètres D+/D-

DIFFICULTÉ > Rando de niveau moyen

La cité gallo-romaine oubliée de Salmaise

Jeudi 27 Juin

Auxois

OÙ L'HISTOIRE SE RENCONTRE EN FORÊT (ET INVERSEMENT)

Cette randonnée chemine sur les doux reliefs de l'Auxois, au départ du petit village de Salmaise.

En chemin, nous emprunterons d'anciennes voies romaines, ziguezaguerons autour de la combe de Bonnevaux et de son ruisseau - dominés par son intrigant ermitage et arrosé de ses sources et fontaines - et profiterons des magnifiques paysages bocagers de l'Auxois. Mais surtout, vous remonterez le temps en traversant une ancienne agglomération gallo-romaine oubliée… mais bien visible pour qui y prête attention !

À l'aller, nous nous arrêterons admirer le château et les superbes halles médiévales de Salmaise.

LE DÉPART > RdV covoiturage à 8h30

LE « PLUS » > Des vestiges archéologiques méconnus

LA RANDO > 16,5 km /// 300 mètres D+/D-

DIFFICULTÉ > Rando de niveau moyen

Nature à Pattes ?

Nature à Pattes, ce sont 4 accompagnateurs en montagne, natifs de Bourgogne, qui se regroupent pour vous proposer un large panel d'activités pédestres !

Passionnés de nature et de montagne, nous vous ferons découvrir nos terrains de jeu favoris dans les reliefs souvent exigeants de Bourgogne, au fil des sorties que nous proposons : randonnée (sous toutes ses formes), trail (course en montagne), orientation…

En famille, entre amis ou en solo, nous nous adaptons à vos envies et besoins, en Bourgogne ou ailleurs (Jura, Alpes, Pyrénées…), pour vous offrir un moment convivial et immersif en pleine nature.

POUR NOUS CONTACTER, S'INSCRIRE OU EN SAVOIR +
> WEB : www.natureapattes.com (FB : natureapattes)
> MAIL : contact@natureapattes.com
> TEL : 06.82.67.58.67 (Geoffroy)

Pourquoi randonner avec un accompagnateur en montagne ?

Guidées par des professionnels, nos sorties vous assurent un bel équilibre entre convivialité, plaisir de la rando, approche pédagogique des milieux naturel et humain, et bien sûr, sécurité et organisation.

Sortir avec un accompagnateur en montagne, c'est donc la promesse de « randonner léger » !

Alors, laissez-vous porter… et venez marcher avec nous !

INFOS, RÉSERVATIONS ET TARIFS

> Infos et inscription par mail ou tél. (ci-dessus)
> Prix TTC/pers. : 35€ (si + de 18 ans) ou 25€ (si - de 18 ans)
> Départ assuré dès 5 inscrits / 10 inscrits maxi.

ÉQUIPEMENT NÉCESSAIRE

> Indispensable : chaussures de randonnée étanches et crantées, sac à dos, vêtements adaptés aux activités de pleine nature (nous demander conseil selon météo), téléphone portable, protections solaires (crème, chapeau, lunettes), **carte d'identité et carte vitale**, 1,5L d'eau par personne minimum, pic-nic, de quoi grignoter pendant la rando…

> Recommandé : appareil photo, bâtons de randonnée (prêt possible)…

TRANSPORT, COVOITURAGE, ORGANISATION

> Le covoiturage **en minibus** au départ de Dijon est toujours privilégié pour limiter notre impact collectif.
> 48h avant la sortie, toutes les infos sont envoyées par mail aux participant(e)s : organisation, lieu et horaire de rdv…

IMPORTANT

> Jusqu'au départ, l'accompagnateur se réserve le droit de refuser l'accès à la sortie à toute personne dont l'équipement serait inadapté.
> Afin d'assurer la sécurité et le confort du groupe, l'accompagnateur peut décider de modifier tout ou partie de l'itinéraire prévu, pour toute raison qu'il jugerait suffisante (météo, terrain, niveau et/ou équipement des participants…).