



# Stage Résistance du 17 au 21 avril 2023

Les hauts plateaux du Vercors comme décors pour ce stage en autonomie

**Résistance, n.f.** : capacité de quelqu'un à résister aux épreuves physiques ou morales, d'un être vivant à résister à des conditions de vie extrêmes.



## C'est quoi ce stage Résistance ?

**Proposer aux plus valeureux de nos aventuriers (à partir**

**de 11 ans) de tester leur résistance aux éléments, en autonomie, dans un lieu chargé d'histoire.**

Lecture de carte, épreuves de confort, nuitée en cabanes, autonomie dans le portage, épreuves d'adresse, visite de sites historiques et de grottes secrètes.

## Pour une parfaite aventure, prévoir

- > un sac à dos de 35 litres minimum
- > un bon sac de couchage (- 10 °C)
- > des chaussures de marche
- > un coupe-vent/veste de pluie
- > une polaire
- > une couverture de survie
- > un couteau et des couverts

## Le saviez-vous ?

Pendant la Seconde Guerre mondiale, le maquis du Vercors fut une importante base de la Résistance française réfugiée sur les hauts plateaux, considérés comme une véritable forteresse naturelle. Il n'est pas une commune, pas une forêt, pas une montagne du Vercors qui n'ait été le théâtre de combats ou d'actes de résistances.

*« On ne naît pas avec une résistance aux éléments, on l'obtient. »*  
Wim Hof, the iceman

Selon Wim Hof, l'être humain a développé une capacité innée à résister aux éléments. Nos lointains ancêtres ont traversé des montagnes glacées et des déserts arides bien avant l'invention du manteau et de la toute première chaussure. Bien que la technologie nous ait apporté un confort indéniable, notre biologie est la même que celle de nos ancêtres. La clé pour accéder à notre potentiel perdu consiste à recréer le genre d'expériences auxquelles nos ancêtres ont dû faire face.



## Demandez le programme !

### RDV lundi 17 avril à 14 h à Saou

- Préparation du matériel
- Présentation du programme
- Lecture de carte
- Échauffement musculaire
- Soirée Loup-Garou et nuitée en gîte à Saou

### Mardi 18 avril

- 10 h : visite de la Maison de la Résistance à Beaufort-sur-Gervanne
- Pic-nic au bord de la Drôme
- Départ en début d'après-midi pour Châtillon-en-Diois
- Nuitée à la cabane de Châtillon (+ 1200 m)

### Mercredi 19 avril

- Cabane de Châtillon-Cabane de Chaumailoux (visite de la grotte du Pas de l'Aiguille)

### Jeudi 20 avril

- Cabane de Chaumailoux-Cabane de Pré Peyret (par le Jasse de Peyre rouge)

### Vendredi 21 avril

- Redescente sur Saint Agnan en Vercors (visite de la grotte de la Luire)

### Retour le vendredi 21 avril à 16 h à Saou.

Tarifs : **285 €** pour 5 jours/4 nuits dont 4 jours et 3 nuits sur les hauts plateaux du Vercors

Contacts : **Fabien Paillet 06 20 95 42 24**

**Florence Chalandon 06 24 40 58 11**

Site : [www.ecoledelaventure.com](http://www.ecoledelaventure.com)

Mail : [ecoledelaventure@hotmail.fr](mailto:ecoledelaventure@hotmail.fr)