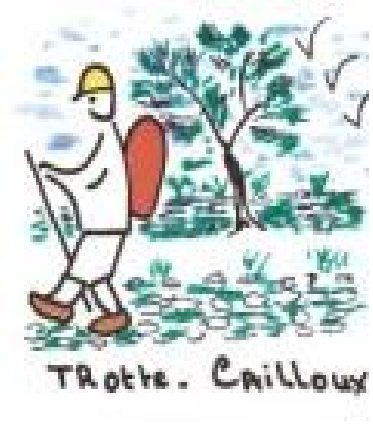


VOYAGE TROTTE CAILLOUX 2023

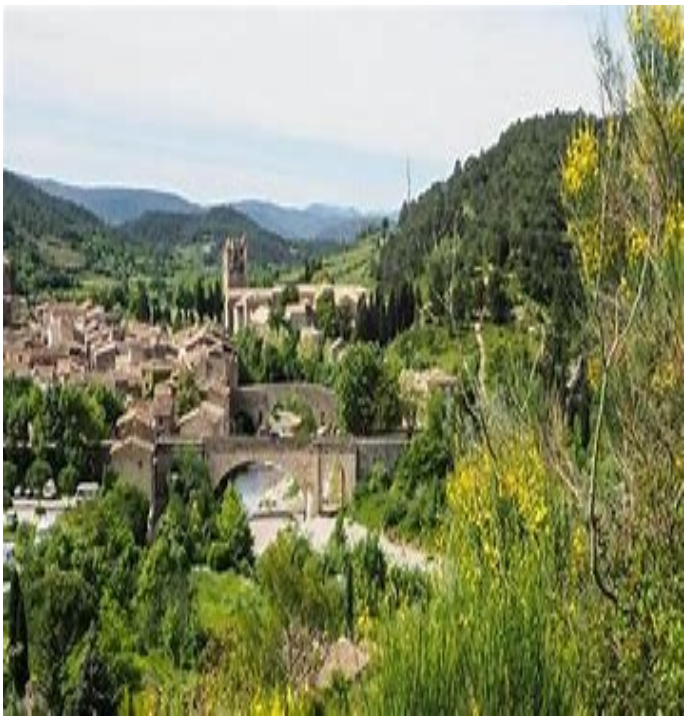
CAMARGUE

LAGRASSE, LA GRANDE MOTTE, SAINT GUILHEM LE DÉSERT

Du Vendredi 29 sept. au Lundi 2 Oct.2023
4 jours entre terre et mer

.Vendredi *29 Septembre*

Rendez vous **FLAUGNAC** maison des associations **à** partir de 6h00 **départ 6h30**
10H30 arrivée à **LAGRASSE**
Randonnée « Les fesses de Charlemagne » 5,2 km **OU** visite du village (prévoir un petit en-cas pour attendre le pique nique)
13h Pique nique tiré du sac
15h Départ pour la résidence **« *Club MILEADE* »** notre lieu d'hébergement et de restauration à **LA GRANDE MOTTE**
17h arrivée à la résidence, installation, apéro/dîner



Samedi 30 Septembre

7h30 (à partir de) Petit déjeuner
.9h30 Départ à pied de la résidence pour la randonnée « Le bois de Boucanet » 8,5km
12h Retour à la résidence pour le déjeuner, après-midi libre pour profiter des activités de l'hôtel,
16h00 Départ pour la Manade Jullian
17h30 Présentation de la Manade
19h Apéro puis dîner camarguais avec animation gitane

.

Dimanche 1er Octobre

7h30 (à partir de) Petit déjeuner à la résidence
9h45 Départ à pied pour le port de **LA GRANDE MOTTE,** embarquement à bord du bateau.
10h30 Départ pour une « croisière sauvage » : en direction des Saintes-Maries de la Mer, traversée de la Baie d'Aigues Mortes pour un panoramique original du parc de la petite Camargue, longer les plages naturelles de l'Espiguette vues de la mer.
12h Départ en bus pour déjeuner
12h30 Déjeuner chez « Tétel »
14h30 Départ en bus pour rando «Candillargues» 7,5 km OU quartier libre pour visiter **LA GRANDE MOTTE**
19h00 Apéro **Trotte-Cailloux** et dîner à la résidence

.

.Lundi 2 Octobre

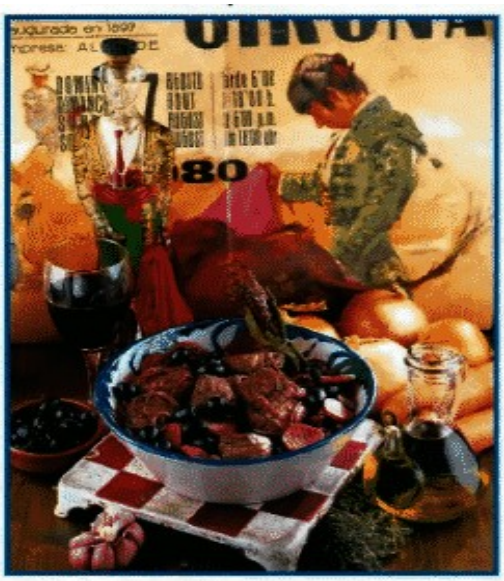
.
7h30 Petit déjeuner à la résidence«***MILEADE»***
8h00 Départ de la résidence
9H30 Arrivée à **SAINT GUILHEM LE DÉSERT** pour rando « Hameau de L'Estagnol » 6km OU visite du village pour ceux qui ne marchent pas
12h 00 Pique nique à **SAINT GUILHEM**
13h30 Départ pour **FLAUGNAC**
Arrivée **FLAUGNAC** prévue vers 18**h30**

LA CAMARGUE

C'est un paradis pour les amoureux de la faune et de la flore, avec des étangs, des lagunes, des marais et des salins peuplés d'oiseaux, de chevaux et de taureaux.

La **culture camarguaise** est riche en traditions, comme l'élevage des taureaux pour la course camarguaise, la fête des gardians ou le pèlerinage des Sainte-Maries-de-la-Mer.

La Camargue est aussi un lieu de **gastronomie**, où l'on peut déguster le riz de Camargue, la gardianne de taureau, la fougasse d'Aigues-Mortes ou le vin des sables.



La Gardiane

(Pour 6 personnes)

Découpez 2 kg de viande de taureau ou de bœuf à braiser. Pelez 6 gousses d'ail et fendez-les en deux. Pelez 3 gros oignons et les couper en rondelles. Pelez 2 carottes et émincez-les.

Mettez le tout dans une terrine, versez 1 bouteille de vin rouge, couvrez et laissez mariner 12 heures.

Retirez les morceaux de viande, les éponger et faites les dorer dans deux cuillerées d'huile d'olive.

Ajoutez le bouquet garni, 150 g d'olives noires et les ingrédients de la marinade. Couvrez et laissez mijoter 2 heures.