

# **Marche et Prière 2023**

*Du lundi 31 juillet au samedi 5 août*

Temps de marche dans le Royans-Vercors pour s'émerveiller devant la beauté de la création.

Temps d'approfondissement spirituel, dans une approche méditative et contemplative.

Temps de prière personnelle, offices de laudes et vêpres.

Les marches ne comportent pas de difficulté particulière, elles nécessitent cependant un effort physique : assurez-vous auprès de votre médecin que votre état de santé vous permet d'effectuer 10 à 15 km par jour avec un dénivelé moyen de 400 à 500 m.

**Votre arrivée** : le lundi vers 17h. **Votre retour** : le samedi dans la matinée.

## **Planning de la journée :**

- 7h30 à 8h30 Petit déjeuner, préparation du pique-nique / sac à dos
- 8h30 à 9h Prière du matin et lancement de la journée
- 9h30 Départ de la marche
- Vers midi Pique-nique dans la nature
- 16h env. Retour à la maison St Hugues / collation...
- 18h30 Prière du soir suivie de la Messe
- 19h30 Repas et service
- 20h45 à 22h Veillée et temps de partage



## **Marche : chaque jour.**

Au cours de la marche, temps de lecture de textes bibliques ou spirituels et temps de partage.

En fonction de la météo ou d'autres impératifs, le planning de la journée peut être modifié : départ plus tôt le matin, marche en fin d'après-midi, visites touristiques...

## **Equipement nécessaire :**

- Sac à dos, chaussures de montagne avec lesquelles vous avez l'habitude de marcher, bâtons de marche si besoin, vêtements chauds (nous sommes en montagne), vêtements de pluie, chapeau et lunettes de soleil, crème solaire, gourde, nécessaire de pique-nique (gobelets, couverts)
- Vos effets personnels, sans oublier le linge de toilette, les médicaments, pansements ...

## **Pour tout renseignement concernant le contenu de la session s'adresser à :**

Christian Ferrier mail : [cferrier@orange.fr](mailto:cferrier@orange.fr) tel : 06 80 66 18 43

: Elisabeth Châtaing tél : 06 10 68 83 83

Chacun randonne sous sa propre responsabilité et dispose des assurances nécessaires pour cette activité

Nombre de participants : mini -, maxi 12

Coût de la session : session gratuite

Hébergement à la Maison St Hugues.

- *Forfait séjour Pension complète*, en chambre double : 330€

- *Forfait séjour Pension complète*, en chambre individuelle : 350€

Renseignements : mail : [sthugues.leoncel@gmail.com](mailto:sthugues.leoncel@gmail.com) ou Patrick : 06 73 07 52 61

Inscriptions à adresser : Maison St Hugues – 75 chemin de l'Abbaye 26190 LEONCEL