



Détente et Nature

RANDO RESTO DETENTE ET NATURE DIMANCHE 15 DECEMBRE 2024 .

Le rendez-vous gourmand de Détente et Nature avec la Rando Resto hivernale est programmé le dimanche 15 décembre prochain en plein cœur des Cévennes.

C'est le restaurant panoramique de la Ferme Auberge du Cap situé sur la commune de Sumène et plus précisément au Cap de Coste qui nous accueillera.

www.aubergeducap.com.

En savoir plus sur la randonnée matinale.

Nous vous proposons, comme à chaque nouvelle édition de venir marcher le matin. Cette fois-ci, ce sera une randonnée très facile vraiment accessible à tous qui nous permettra de découvrir la **voie verte** reliant Ganges à Sumène. C'est un parcours de 4,5km qui emprunte une ancienne voie ferrée. Au cours de la balade nous traverserons 5 viaducs et 2 tunnels équipés d'un éclairage qui préserve la présence de chauves souris (donc pas besoin des lampes frontales).

En savoir plus sur le déplacement.

Détente et Nature organisera le déplacement des participants en bus pour cette journée et prendra en charge les frais relatifs à la location du bus.

Le rendez vous pour le départ en bus aura lieu à 8h15 pour un départ au plus tard à 8h30 sur le parking d'Intermarché Prés d'Arènes face au Big M (ancien magasin Casino Prés d'Arènes). Le bus nous déposera à Ganges et nous récupérera à Sumène pour nous conduire à la Ferme Auberge du Cap pour le déjeuner ou nous sommes attendus pour 12h 30. Les quelques personnes qui ne pourraient pas ou ne voudraient pas marcher ont bien sûr la possibilité de faire le trajet Ganges-Sumène avec le bus et de nous attendre à Sumène.

Coût et inscription

Cette journée est ouverte aux seuls adhérents de Détente et Nature et à leur conjoint .

Le tarif du déjeuner est de 35€ pour les adhérents et de 45€ pour les conjoints .

Le coût du bus est pris en charge par Détente et Nature .

Merci de vous inscrire :

- de préférence par **Hello Asso** via le site de Détente et Nature <http://detente-nature.fr/>
- ou avec paiement par chèque à l'ordre de Détente et Nature à remettre à un membre du bureau avec la fiche d' inscription ci -dessous.

Date limite inscription : samedi 30 novembre 2024

À noter : le nombre de participants est limité à 50

Pour toutes informations complémentaires sur cette journée vous pouvez contacter un membre du bureau ou Détente et Nature par **mail** detentenature34@gmail.com ou **téléphone** 06 25 39 09 90

FICHE D'INSCRIPTION – Rando Resto dimanche 15 décembre 2024

Ferme Auberge du Cap de Coste à Sumène .

NOM..... PRENOM

NOM..... PRENOM.....

Allergies alimentaires (barrer la mention inutile) : *Oui* *Non*

Si oui merci de préciser :.....

Vous souhaitez un repas végétarien *:* *Oui* *Non*

Pour le plat je choisis le Parmentier de Canard *:* *Oui* *Non*

Pour le plat je choisis le Filet de truite au beurre blanc : *Oui* *Non*

*A joindre un chèque bancaire ou postal de 35 € ou de 45 € (tarif conjoint) libellé à l'ordre de
Détente et Nature.*

MENU DU DEJEUNER DU 15 DECEMBRE 2024

Apéritif:

Kir Cévenol accompagné d'amuse bouches.

Entrée:

Poêlée forestière et oeuf poché avec mouillettes.

Plat:

Parmentier de canard

OU

Filet de truite au beurre blanc.

En accompagnement du plat :frites maison et légumes de saison.

Dessert:

Moelleux à la châtaigne

Café et ¼ vin compris .