



## FICHE INFOS PRATIQUES

**Bienvenue en Ariège, une balade en canoë-kayak, en raft ou en Stand Up Paddle sur la rivière est un excellent moyen de visiter la vallée et passer des bons moments dans les montagnes Pyrénéennes.**

### AFFAIRES A PREVOIR

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Un maillot de bain et une serviette           | <input type="checkbox"/> Une Bouteille d'eau,   |
| <input type="checkbox"/> Des vieilles baskets ou chaussures aquatiques | <input type="checkbox"/> Un pique-nique et/ou un gouter pour faire une pause sur les rives de l'Ariège. |
| <input type="checkbox"/> Crème solaire et lunettes de soleil           |   |
| <input type="checkbox"/> Des vêtements de rechange                     |   |

### ACCES ROUTIER

Coordonnée GPS : Latitude : 42.8° - Longitude : 1.6°

Accès : Nationale 20 entre Tarascon sur Ariège et Ax les Thermes. Lac de Sinsat, 09310 BOUAN

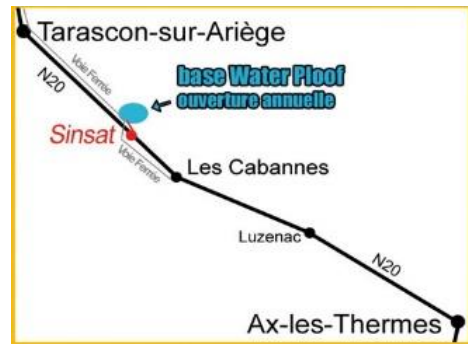
#### Depuis Toulouse/Carcassonne/Foix :

Après la 2X2 Voies de Bouan, après le passage à niveau que vous traversez, tournez à gauche et prendre la piste jusqu'à la base nautique.

#### Depuis Andorre/ Ax les Thermes :

A la sortie du village de Sinsat, avant le passage à niveau, empruntez la piste située dans le virage et poursuivez jusqu'à la base nautique.

**Il y a la possibilité de venir en train** : La gares de Les Cabannes ou de Tarascon/Ariège sont à proximité, si vous êtes minimum 6 pers. nous venons vous chercher en minibus. ☺



### A SAVOIR

Notre base nautique est située en pleine nature en bord de rivière.

Nous n'avons **pas accès à l'électricité et à l'eau potable**. N'oubliez donc pas de charger vos téléphones avant de venir, prévoyez un paiement en cheque, espèces ou chèque vacances et prenez de l'eau.

### TARIFS

De 20 € à 35 € / personne (enfant - 5 €).

#### Nos tarifs comprennent :

- Selon la sortie : l'encadrement par un moniteur diplômé d'Etat
- Selon l'activité : rafting, cano-raft, canoë-kayak 1, 2 ou 3 places auto videurs, bidons étanches.
- Combinaisons et chaussettes en néoprènes (uniquement au printemps & selon le niveau d'eau)
- Coupes vents, casques et gilets de sauvetage
- Le retour au point de départ en minibus.



## FICHE INFOS PRATIQUES

**Nos tarifs ne comprennent pas** : les piques niques, gouters et boissons

**Nos moyens de paiements** : Chèques, espèces ou chèques vacances, **attention pas de Carte Bancaire.**

### OUVERTURE ET SORTIES

**Au printemps** : ***Nous sommes ouverts sur réservation***

**En plus canoë kayak** nous vous proposons du rafting ou du cano-raft (Embarcations stables et gonflables).

**Sorties de 2 à 8 personnes et le guide moniteur.**

**De Juin à Septembre** : Ouvert ***tous les jours*** de 9h00 à 19h00.

En été deux balades en canoë sont possibles :

La « 3 lacs »	La « classique »
Petit parcours familiale pour commencer à naviguer en sécurité 6km > environ 2h Départ : lac de Sinsat Arrivée : lac d'Ussat	Découvrez une nature préservée dans un site classé Natura 2000 12km > environ 3h Départ : lac de Sinsat arrivée : lac de Bompas

*Pour les débutants choisissez d'être accompagné par un moniteur qui transmettra son savoir-faire, ou pour les initiés partez en autonomie en louant notre équipement nautique.*

**Conditions requises : savoir nager, n'avoir aucune contre-indication médicale à la pratique sportive**



**A très bientôt et bonne vacances en Ariège Pyrénées ☺**