

## *Descriptifs de nos activités*

### **H2O Vives en quelques mots :**

- 10 ans de professionnalisme dans le loisir sportif
- Une équipe diplômée et dynamique ayant une très bonne connaissance des sites
- Un matériel adapté renouvelé chaque année
- Un hébergement adapté au besoin des groupes
- Des assurances en responsabilité civile pour chaque activité
- Une habilitation tourisme permettant de vous proposer des forfaits tout compris (hébergement + activités)
- Proximité des sites de pratiques de nos activités
- Une facilité d'adaptation face aux aléas climatiques (changement de planning), étant donné que toutes les activités sont encadrés par nos guides possédant plusieurs qualifications.
- Une base située sur un site exceptionnel (lac de Géry-31440 Saint Béat)
- Des commerciaux répondant à vos questions à tout moment
- Et surtout, le plaisir de vous faire partager nos passions...

### **Notre base de rafting, lieu de rendez-vous de toutes les activités eaux vives :**

Elle est située au bord du **Lac de Géry**, entre Marignac et Saint Béat (31440) en Haute Garonne : 1h15 de Toulouse, 15 min de Luchon et moins de 5 min de « l'abri d'Arlos » (centre d'hébergement de groupes)

Vous pouvez profiter d'un bel espace de loisirs et de détente (11 hectares de terrain) :

- Vestiaires
- Toilettes
- Restaurant ouvert midi et soir, 2 salles et une terrasse avec vue sur le lac
- Location de pédalos et barques pour naviguer sur le lac
- Location de matériel de pêche (le lac constitue une réserve naturelle de truites)
- Promenade autour du lac à dos de poneys
- Mini golf
- 5 hectares de terrain à disposition (pique-nique, grand jeu, sports collectifs,...)



[www.h2o-vives.com](http://www.h2o-vives.com)

Contacts

[info@h2o-vives.com](mailto:info@h2o-vives.com)

05 62 00 19 40

## **SPORTS D'EAUX VIVES**

***Rafting, canoraft, hydrospeed, autant d'embarcations différentes pour découvrir le plaisir d'une rivière en toute sécurité.***

### **RAFTING : 45 personnes maximum.**

En groupe de 6 à 8 personnes dans une embarcation gonflable et sous la conduite d'un moniteur diplômé d'état, les plaisirs de la rivière s'offrent à vous. Abordage, joutes, sauts, nages dans le courant et animations proposées par l'équipe font parties de ce cocktail rafraîchissant et tonique. Ambiance garantie !!!

### **Canoraft 12 personnes par groupe.**

Cette embarcation gonflable 2 places permet de gérer soit même sa descente sur un parcours adapté aux débutants. L'activité est encadrée par un professionnel des sports d'eaux vives qui par ses nombreux conseils vous permettront de découvrir ces nouvelles sensations.

### **Hydrospeed : 8 personnes par groupe.**

Munis de votre luge d'eau (flotteur insubmersible) venez glisser sur les courants. Avec des palmes, un casque, un gilet, une combinaison très épaisse renforcée; vous pourrez vous immerger complètement dans la rivière en toute sécurité et surfer les vagues.

### **Informations utiles :**

- savoir nager - 7 ans pour le **RAFT** - 12 ans pour le **CANORAFT** - 13 ans pour l'**HYDROSPEED** - prévoir une paire de chaussure de sport et un maillot de bain - équipement néoprène et de progression fournie - activité encadrée par un moniteur Breveté d'Etat - assurance RC Pro comprise - transport compris sur place- rendez-vous au lac de Géry, 31440 Saint-Béat.

### **CANYONING:** 8 personnes par groupe.

**Le canyoning** est une progression à travers le lit des torrents. Il est ainsi possible de jouer avec les courants d'eaux vives, effectuer des sauts dans les vasques les plus profondes ou utiliser la technique du rappel sur cordes pour les ressauts les plus hauts, glisser sur des toboggans naturels, nager, explorer ou défier des cascades pour des massages au naturel.

Le site de Oô est à proximité de Luchon (20 min de voiture) et vous offre une demi-journée de canyoning très ludique et technique (rappels, sauts, toboggans...)

Ceux pour qui une demi-journée ne suffirait pas, nous vous emmenons en Espagne pour une journée complète d'activités dans les sites les plus beaux d'Europe.



[www.h2o-vives.com](http://www.h2o-vives.com)

Contacts

[info@h2o-vives.com](mailto:info@h2o-vives.com)

05 62 00 19 40

**Le tobogliss** est une déclinaison du canyon, comme son nom l'indique ce petit canyon d'initiation est ponctué d'une série de toboggans naturels, il n'y a aucun passage difficile et très peu de marche d'approche. C'est une activité très ludique qui vous permet de vous initier à l'activité canyoning. En définitive, c'est une activité parfaite pour les jeunes pratiquants en quête de sensations et d'amusements.

***Informations utiles :***

*- savoir nager - 12 ans pour le **canyon en demi-journée** - 14 ans pour la journée complète - 7 ans pour le **tobogliss** - prévoir une paire de chaussure de sport et un maillot de bain - équipement néoprène et de progression fournie - activité encadrée par un moniteur Breveté d'Etat - assurance RC Pro comprise - hors transport (possibilité selon nos disponibilités)- rendez-vous à Arlos pour le Tobogliss, aux granges d'Astau (31110) pour le canyon de Oô et à Luchon pour la journée Espagne (vous devrez nous suivre avec votre véhicule jusqu'au site).*

**LES SPORTS DE MONTAGNE**

**SPELEOLOGIE**

**De la découverte souterraine à la spéléologie sportive.**

Visitez des cavités. Passionnant ... et pour cause : ces lieux obscurs font parties des derniers espaces mystérieux à découvrir...

Plusieurs niveaux de pratiques sont possibles : de la découverte aux explorations verticales nécessitant matériels et techniques spécifiques à l'activité.

**Le monde souterrain est un fabuleux terrain d'aventure et de découverte. Plus qu'un sport, c'est aussi une science et un milieu plein de surprises**

***Informations utiles :***

*- 12 ans pour **l'aventure souterraine** – 5 ans pour **La découverte souterraine** - prévoir une paire de chaussure de sport et des affaires chaudes – combinaison spéciale et matériel de progression fournie - activité encadrée par un moniteur Breveté d'Etat - assurance RC Pro comprise - hors transport (possibilité selon nos disponibilités)  
Site d'activités : Troubat ou Arreau.*



[www.h2o-vives.com](http://www.h2o-vives.com)

Contacts

[info@h2o-vives.com](mailto:info@h2o-vives.com)

05 62 00 19 40

## **ESCALADE**

Un subtil jeu d'équilibre entre technique et plaisir.  
Grimper avec l'aide unique de ses mains et de ses pieds ... mais assuré en toute sécurité avec une corde !!!

Notre vallée du Comminges recèle de nombreux sites de pratique pour l'initiation.

Une demi-journée ou un stage de plusieurs demi-journées vous permettront de découvrir cette activité vertigineuse.

### ***Informations utiles :***

*- Tout public à partir de 6 ans - équipement fourni - activité encadrée par un moniteur Brevetés d'Etat - assurance RC Pro comprise - hors transport (possibilité selon nos disponibilités)*

*Site d'activité : Saint-Mamet (31110) , Cierp-Gaud (31440) ou Troubat.*

## **RANDONNEE PEDESTRE**

A la découverte des Pyrénées.

Les Pyrénées centrales, berceaux des plus hauts sommets pyrénéens laissent augurer des randonnées plutôt sympas (accessibles, plaisantes et enrichissantes).

Admirer les reliefs pyrénéens, découvrir sa faune et sa flore, profiter de l'air pur de nos montagnes ... Bref, la diversité des randonnées fait que chacun y fera de multiples rencontres. Ce explique qu'elle reste l'activité préférée des Français.

## **COURSE D'ORIENTATION**

Apprendre à savoir déchiffrer une carte, à s'orienter, définir une stratégie de déplacement et d'approche des balises ... Pour cela, nous utiliserons plusieurs outils : des cartes aux échelles diverses, des boussoles. Nous nous adaptons en fonction du niveau de chacun.

### ***Informations utiles :***

*-Tout public à partir de 6 ans – activité encadrée par un moniteur Breveté d'Etat – assurance RC Pro comprise – prévoir une paire de chaussure de sport et une tenue adaptée aux conditions météorologiques–hors transport (possibilité en fonction de nos disponibilités)*

*Sites : fonction du niveau demandé et des conditions météo.*



[www.h2o-vives.com](http://www.h2o-vives.com)

Contacts

[info@h2o-vives.com](mailto:info@h2o-vives.com)

05 62 00 19 40

## LE CYCLE

### ARAPAHO

Engin d'un nouveau genre, cette trottinette des temps modernes adapté à la montagne vous permettra accompagné d'un guide de découvrir nos montagnes au cours de longues descentes sur des chemins forestiers.

Accessible à tous grâce au centre de gravité placé très bas sur l'engin, cette activité sera beaucoup plus accessible que le VTT et permettra à tous d'avoir les sensations fortes de la descente dans des terrains plus ou moins techniques...

#### **Informations utiles :**

- 10 ans ou 1m40 pour l'ARAPAHO - prévoir une paire de chaussure de sport - équipement de descente fournie - activité encadrée par un moniteur Breveté d'Etat - assurance RC Pro comprise - hors transport (possibilité selon nos disponibilités)

Deux sites : Superbagnères (montée à la station en télécabines) et le Mourtis.

## LES JEUX D'ADRESSE

**PAINTBALL : 12 par groupe, possibilité d'organiser des tournois, nombre illimité.**

**Jeu de ruse, de stratégie, de courage, de précision et d'imagination aussi.**

Munis de marqueurs de peinture, d'une combinaison, d'un masque et de plastrons de protection, vous évoluerez au sein d'un parc aménagé ou vous pourrez déjouer les actions de l'équipe adverse.

Le terrain est aménagé, protégé d'un filet qui permet au groupe de voir évoluer les joueurs en toute sécurité.

Plusieurs scénarios de jeux sont possibles durant la partie, le but étant de proposer une activité très ludique qui développe l'esprit d'équipe et de camaraderie.

#### **Informations utiles :**

- 13 ans pour le **paintball** – prévoir une paire de chaussure de sport - possibilité de filmer et photographier – activité encadrée – assurance RC Pro comprise – matériel individuel compris – hors transport (possibilité selon nos disponibilités), site à Cierp-Gaud.



[www.h2o-vives.com](http://www.h2o-vives.com)

Contacts

[info@h2o-vives.com](mailto:info@h2o-vives.com)

05 62 00 19 40

## **TIR A L'ARC : 8 par groupe**

Initiation au tir à l'arc sur cible fixe aux alentours du lac de Géry. Cette activité peut servir de complément à une après-midi multi activités sur le site du lac de Géry. Vous apprendrez les techniques du tir à l'arc autour de divers petits jeux.

### ***Informations utiles :***

*- 7 ans pour le tir à l'arc – prévoir une paire de chaussure de sport - activité encadrée – assurance RC Pro comprise – matériel individuel compris – hors transport (possibilité selon nos disponibilités), site : lac de Géry, 31440 Saint-Béat.*

### ***Réduction en fonction du nombre d'activités prises :***

- 5% pour deux*
- 7% pour trois*
- 10% pour quatre*

## **HEBERGEMENT:**

Centre de vacance à St Béat au coeur des Pyrénées, à 7km de l'Espagne et surtout à proximité de la base d'eau vive, locations de chalets, gîtes, chambres avec ou sans service hôtelier, camping tente ou marabout. De 1 à 200 personnes, de 1 jour à 1 mois. Restaurant, salles de séminaires, terrain de sport, ..., parc de 11 hectares, parking. Ouvert à tous toute l'année.

### **VOTRE CONTACT :**

Marie, notre commerciale est à votre écoute au

05 62 00 19 40

06 03 72 51 52

[info@h2o-vives.com](mailto:info@h2o-vives.com)

[www.h2o-vives.com](http://www.h2o-vives.com)