



RÈGLES DE VOYAGE ÉTÉ 2024



ESPAGNE - MONTSENY

JEKA vzw - Stationsstraat 75 – 1730 Asse // 02 230 84 55
info@jeka.be // www.jeka.be // BE0410 485 885

 [jeka.belgium](https://www.facebook.com/jeka.belgium)  [jekavzw](https://www.instagram.com/jekavzw)

Introduction

Ces règles et informations utiles font partie du contrat de vacances à forfait que vous signez avec l'asbl JEKA.

Les règles sont mises à jour chaque année et envoyées à tous les groupes qui ont déjà signé un contrat de voyage à forfait.

Pour que les camps d'été se déroulent sans heurts, il est très important que chaque groupe respecte les règles ci-dessous et qu'elles soient connues de tous les animateurs et participants.

Table des matières

Introduction	p.1
Transport	p.2
Bagages	p.2
Autorisation de voyage pour les mineurs	p.2
Règles applicables aux bus	p.3
Transport propre	p.3
Loge	p.4
Règlement intérieur	p.4
Taxe de subsistance	p.7
Alimentation électrique	p.8
Produits alimentaires	p.8

Transport

L'offre JEKA inclut le transport en bus dans le prix du camp.

Les horaires des autocars et les heures de départ correctes vous seront envoyés au plus tard 2 semaines avant le départ.

Cependant, vous pouvez choisir d'organiser le transport vous-même et obtenir une réduction sur le prix du camp.

Nous vous donnons ci-dessous les informations pratiques nécessaires à la préparation de votre voyage.

Les bagages

Seule une valise ou un sac à dos de 20 kg maximum (80x70x30cm) + 1 bagage à main (3kg) (taille du porte-bagages de l'autobus) par personne est autorisé. Le sac de couchage peut être transporté dans un sac séparé (de préférence pas un sac poubelle). Toutefois, veuillez ne pas l'attacher à l'extérieur de la valise ou du sac à dos : cela complique l'empilage dans le compartiment à bagages de l'autobus.

Pour 20 passagers de l'autocar, le groupe est autorisé à apporter un bagage collectif (dimensions maximales de 100x55x45 cm) de 30 kg ; tout autre bagage sera refusé. Les bagages des personnes ne voyageant pas avec l'autocar seront immédiatement refusés. Veuillez répartir les bagages du groupe dans les valises individuelles dans la mesure du possible.

Pouvons-nous vous demander de prêter une attention particulière à la taille et au poids des bagages ? Il est extrêmement important pour chaque membre de faire monter ses bagages dans le bus et l'espace pour les bagages est limité. Il est possible de renvoyer les bagages à l'étranger, mais cette solution est encombrante et très coûteuse. Ces **coûts** sont supportés par le groupe. En cas d'**amende** pour surcharge du bus, celle-ci sera également répercutée sur le groupe.

Veuillez à ce que tous les bagages soient clairement identifiables, par exemple en utilisant les étiquettes JEKA de couleur. Si votre groupe séjourne dans différentes maisons, utilisez une couleur par maison afin que notre personnel sur place puisse également voir facilement quels bagages appartiennent à quelle maison.

Convendez clairement, au sein de l'équipe de direction, de la personne qui supervisera le déchargement ou le chargement correct des bagages sur le site. Ni le chauffeur ni le personnel de JEKA ne peuvent être tenus responsables si un bagage retourne accidentellement en Belgique à l'arrivée ou est laissé sur place au départ !

Fiche transport Espagne

Départ :	Voyage de nuit
Départ :	en soirée (entre 21h et 23h)
Arrivée :	Dans l'après-midi (entre 14h et
<hr/>	
Retour :	Voyage de nuit
Départ :	l'après-midi (entre 15h et 18h)
Arrivée :	le matin (avant midi)
<hr/>	
Transport personnel :	

Autorisation de voyage pour les mineurs

Lorsqu'un mineur voyage à l'étranger et n'est pas accompagné de ses deux parents, une autorisation de voyage doit être fournie. Il s'agit d'un formulaire sur lequel l'un des parents ou un tuteur autorisé le mineur à voyager à l'étranger sous la supervision d'une autre personne, d'une organisation ou d'une école. La signature du parent ou du tuteur doit être légalisée à la mairie du

lieu de résidence.

Outre l'autorisation de voyage, l'enfant a toujours besoin d'une pièce d'identité avec photo en cours de validité pour voyager à l'étranger.

Les règles du bus

Général

1. Tout le monde doit se trouver à l'adresse de prise en charge 30 minutes avant l'heure de départ prévue.
2. Déterminer un point d'embarquement praticable pour les grands bus.
3. Il n'y a pas de sièges réservés, mais des sièges groupés si vous partagez le bus avec un autre groupe.
4. Il est permis de manger et de boire dans le car, à condition de ramasser tout ce qui tombe par terre (sacs, miettes, épluchures,...) (le chewing-gum n'est PAS autorisé).
5. Déposez toujours vos déchets dans les sacs en plastique situés sur les accoudoirs et surtout pas sur le sol.
6. Pensez toujours aux autres passagers (choix du film, volume de la musique, ...).
7. Il est interdit de fumer et de boire de l'alcool dans l'autocar.
8. Profitez des arrêts pour jeter vos déchets dans les conteneurs prévus à cet effet. Nettoyez le bus à l'arrivée afin que le groupe qui part dispose également d'un bus propre pour le retour.
9. Pour des raisons d'hygiène, aucun animal n'est admis dans l'autocar.
10. Suivez toujours les instructions du conducteur (comme un pilote d'avion).

Sécurité et confort

Pour votre sécurité et votre confort, le voyage se fera dans un autocar de moins de 7 ans et d'au moins 2 étoiles. Depuis quelque temps, il existe une obligation de port de la ceinture de sécurité dans les autocars. Concrètement, cela signifie que dans les autocars équipés de ceintures de sécurité, vous devez les porter pendant toute la durée du voyage.

Le voyage est effectué par 2 ou 3 chauffeurs, conformément à la réglementation légale des temps de conduite et de repos. Le nombre de chauffeurs dépend du fait que l'autocar rentre plein ou vide. Le chauffeur conduit sans interruption pendant 4,5 heures au maximum, puis fait une pause de 30 à 45 minutes dans un restaurant d'autoroute.

Nourriture sur le pouce

A l'aller, **aucun** repas **n'est fourni** par JEKA. Il est donc préférable d'emporter un double panier-repas. Pour le retour, JEKA fournira un panier-repas.

Toilettes sur la route

Les toilettes à bord du bus sont essentiellement réservées aux cas d'urgence. Elles doivent également être utilisables sur le trajet de retour, car lors d'un changement de groupe, il n'est pas possible de vider des toilettes pleines selon les règles en vigueur. Utilisez au maximum les pauses.

Règles et conseils pour le choix du "transport propre

Remise "transport propre" Espagne

Pour le transport aller-retour, JEKA accorde une réduction de 115 euros.

Avec voiture personnelle

Si vous voyagez en voiture particulière, il est préférable de prévoir une durée de voyage de 12 à 14 heures. En effet, les "routes du sud" sont toujours très fréquentées pendant les mois de vacances. Vous pouvez vous faciliter la tâche en évitant les autoroutes (avec péage) et en passant éventuellement une nuit sur place.

La route qui traverse Clermont-Ferrand, Millau, Béziers est moins fréquentée, mais aussi moins

fluide. Si vous optez pour l'itinéraire Dijon, Lyon, Orange, vous choisissez la liaison autoroutière la plus directe vers le sud. Mais c'est aussi l'itinéraire le plus fréquenté et, bien sûr, il faut payer le péage.

En train

Depuis Bruxelles, vous pouvez prendre un train international pour Barcelone. À Portbou, en Espagne, de l'autre côté de la frontière française, il faut changer de train, car la RENFE, la compagnie ferroviaire espagnole, n'a pas le même écartement des voies. Les trains internationaux arrivent à la gare centrale de Barcelone (Estacion Sants), d'où partent toutes les demi-heures des trains pour Sant Celoni. Un trajet de 20 minutes en taxi permet de se rendre sur place. Plus d'informations : www.b-rail.be.

En bus de tourisme international

Au départ de Bruxelles et de Liège, des autocars d'Eurolines et d'autres compagnies desservent Barcelone.

Plus d'informations : www.eurolines.be.

Par avion

BARCELONE : L'aéroport El Prat est situé au sud de Barcelone, à 14 km du centre-ville. Il y a un train toutes les demi-heures jusqu'à Estacio Sants (gare centrale), mais vous pouvez aussi prendre un taxi. Il y a des vols quotidiens pour Barcelone depuis Charleroi ou Zaventem.

GIRONE : Il y a également des vols quotidiens vers Gérone depuis Charleroi. Un bus vous emmène de l'aéroport de Gérone à la gare. De là, vous pouvez prendre le train jusqu'à Sant Celoni.

Pour le reste du trajet, vous aurez recours à un taxi.

Pour plus d'informations, visitez le site : www.ryanair.com.

Le pavillon

Nos gîtes JEKA en Espagne sont situés entre les villages de Sant Esteve de Palautordera et de Montseny, en partie au pied du massif du même nom, en partie dans les limites du parc naturel le long du cours de la rivière Tordera. La plupart des logements présentent le style typique de la région, avec des façades aux finitions grossières et l'aspect d'une ferme.

Chaque maison dispose de chambres avec des lits superposés, de nombreuses installations sanitaires modernes, d'une cuisine équipée et d'une salle à manger et de loisirs. La cuisine est équipée de tout le matériel nécessaire à la préparation du menu JEKA. Il n'y a pas d'appareils électriques tels que mixeur, cafetière, grille-pain, etc.

Dans le lodge, vous trouverez un ensemble d'ustensiles de nettoyage de base pour garder votre maison propre, ainsi que du liquide vaisselle. JEKA fournit également du papier hygiénique. Vous pouvez toujours demander ces produits.

Veuillez noter que les torchons et serviettes de cuisine doivent être fournis par vous-même !

Nos chalets sont solides mais sobrement meublés afin que la vie en groupe puisse être pleinement appréciée. C'est pourquoi il n'y a pas de télévision ni de radio, par exemple. Il n'y a pas non plus de téléphone, mais en cas d'urgence, vous pouvez toujours être joint via le logement JEKA.

Note : les animaux domestiques ne sont pas admis dans les logements JEKA !

Pour voir de plus près les plans des logements en Espagne, veuillez consulter notre site web www.jeka.be (menu -> actualités -> logements).

Le règlement intérieur

Sécurité incendie

Bien que les mesures de sécurité nécessaires aient été prises, il est évident que les maisons JEKA contiennent encore beaucoup de matériaux inflammables. Nous demandons donc une vigilance accrue dans la cuisine, de ne pas fumer dans la maison ou à proximité des bouteilles de gaz. Dès votre arrivée, renseignez-vous sur l'emplacement des extincteurs dans la maison et sur leur fonctionnement, ainsi que sur la manière d'évacuer tout le monde en cas d'urgence. N'oubliez pas non plus de vérifier les différentes sorties (de secours).

Bruit

Nous **demandons instamment que les** résidents locaux soient pris en compte. Les nuisances sonores sont inacceptables. Limitez le bruit (par exemple en fermant les fenêtres). Beaucoup de gens font la sieste l'après-midi. Ne l'oubliez pas ! Bien entendu, après **22 heures**, vous devez **respecter strictement le repos nocturne et le faire jusqu'à 8 heures du matin au moins** ! Les groupes/membres de groupes qui ne respectent pas les règles en matière de nuisances sonores peuvent se voir infliger une amende par le propriétaire de la maison et, dans le pire des cas, être expulsés de la maison. Tous les frais connexes (amendes, transport, rapatriement, autre hébergement, etc.) sont à la charge du groupe et ne peuvent être récupérés auprès de JEKA.

Hygiène et sécurité

Tous les lits du JEKA Lodge sont équipés de matelas hygiéniques et d'un oreiller. Chaque participant doit apporter son drap housse et sa taie d'oreiller. Ceci s'applique également aux participants qui dorment dans un sac de couchage ! Ceux qui n'apportent pas leur propre drap-housse et leur propre taie d'oreiller peuvent en louer un sur place auprès du membre du personnel de JEKA pour un montant de 8,50 € par ensemble.

En outre, nous demandons à chaque groupe de répartir les participants dans les lits disponibles tels qu'ils se trouvent dans les chambres. Cela signifie qu'il n'est pas permis de déplacer les lits ou les matelas dans une autre chambre. Veuillez consulter les plans du logement à cet effet (disponibles sur le site web de JEKA). Il n'est certainement pas permis de créer une place de couchage supplémentaire sur le sol entre les lits : cela obstruerait l'issue de secours en cas d'évacuation nécessaire. La sécurité des participants passe avant le plaisir de dormir ensemble dans une chambre avec un groupe d'amis.

Maintenance

JEKA attache une grande importance à ce que les groupes qui arrivent trouvent un logement propre, bien rangé et en bon état. Après tout, chaque nouveau groupe a le droit de se retrouver dans une maison propre et confortable. Vous veillerez tout particulièrement à la propreté des chambres, des douches et des toilettes avant de partir. En même temps, vous vérifierez si le nombre de lits par chambre correspond au plan que vous avez reçu de JEKA. En outre, vous vérifierez minutieusement dans la cuisine si tout a été laissé en ordre (la cuisinière et le four méritent un contrôle supplémentaire). Si, au moment du départ, vous constatez que votre logement n'est pas en ordre, le membre du personnel de JEKA informera les chauffeurs de bus que le bus ne pourra pas partir tant que le logement n'aura pas été correctement nettoyé. En tout état de cause, un nouveau groupe ne peut invoquer le fait d'avoir trouvé une maison "sale" pour ne pas avoir à faire le ménage à la fin du séjour ! Un membre du personnel de JEKA fera donc le tour de la maison avec le chef de groupe à l'arrivée de ce dernier, afin qu'il puisse signaler

immédiatement tout état inacceptable d'une chambre en particulier.

Le personnel de JEKA prendra alors les mesures nécessaires pour y remédier.

Maintenance (suite)

JEKA vous attend **pendant votre séjour** :

1. Aucun lit, armoire, table, etc. n'est déplacé hors des chambres ou à l'extérieur.
2. Il est interdit de fumer dans les chambres.
3. Brossez régulièrement les pièces (chambres, salles de bains, espace de vie) et brossez également en cas d'accident.
4. Fermez toujours les fenêtres et éteignez les lumières lorsque vous quittez la maison.
5. Ne jetez pas les déchets de cuisine, le papier, les serviettes hygiéniques et autres dans les éviers ou les toilettes.
6. Aucun clou, vis ou crochet n'est fixé dans les murs.
7. Aucun ruban adhésif agressif (tel que du ruban d'emballage brun) n'est utilisé pour fixer quoi que ce soit au mur.
8. Gardez toujours les sacs à ordures fermés (pour éviter d'attirer les nuisibles tels que les mouches, les guêpes, etc.)
9. Attachez bien les sacs poubelles pleins et apportez-les immédiatement au conteneur.
10. Impose le silence entre 22h et 8h
11. Connaître les règles en matière d'incendie (tous les participants).
12. Disposer en permanence d'une liste complète des participants.

JEKA vous attend à la fin de votre **séjour** :

1. Nettoyer les sols, le mobilier, les tables, les chaises et les installations sanitaires.
2. Vérifier les lits et s'assurer qu'ils ne sont pas endommagés.
3. Remettez correctement en place les housses des matelas et des oreillers JEKA.
4. Nettoyer le réfrigérateur et le congélateur (dégivrer d'abord) la veille du départ (demander au préalable au personnel de JEKA ce qu'il faut faire des restes).
5. Entretien approfondi des foyers à gaz et du four.
6. Ne laissez pas de résidus alimentaires dans des endroits non prévus à cet effet.
7. Laver et trier soigneusement la vaisselle et les ustensiles de cuisine.
8. Révision complète des toilettes et des douches.
9. Nettoyer les alentours de la maison (rassembler les déchets dans des sacs que l'on attache solidement et que l'on laisse à l'endroit convenu).

Les dommages doivent être signalés immédiatement à notre personnel. Le dédommagement sera décidé en concertation avec le chef de groupe.

Chaque chef de groupe est responsable du respect de ces règles. En cas de non-respect des règles, les dommages éventuels seront facturés sur place ou après le séjour. Les dommages non intentionnels peuvent être récupérés par le groupe auprès de l'assurance familiale du membre du groupe concerné et éventuellement après par le groupe auprès de ses polices d'assurance de responsabilité civile.

Merci d'avance pour votre coopération, au nom de JEKA et des groupes qui vous succéderont.

Visiteurs

Il arrive que des parents de participants ou des amis du groupe passent rendre visite. Cette situation est soumise aux dispositions suivantes qui relèvent de l'obligation de déclaration :

1. Les visiteurs qui ne passent qu'une journée sur place, sans passer la nuit dans le JEKA lodge, nous seront seulement signalés. Rien ne sera ajouté ou facturé pour cela.
2. Si les visiteurs restent plus d'une nuit avec le groupe, vous devez les prévenir à l'avance et ils paieront 35 euros par personne et par nuit. Ce montant inclut les mêmes repas que le groupe. Pour la pension complète, vous en discuterez avec le responsable JEKA sur place.
3. Les visiteurs qui passent plus de six nuits sur le site paieront le même prix que les membres du groupe. Il en va de même pour les personnes qui se joignent apparemment aux vacances du groupe mais qui passent la nuit dans une tente ou une caravane. Nous les considérons comme des membres ordinaires du groupe.

Toute visite doit être signalée et payée à l'avance. Le paiement sur place n'est autorisé qu'à titre exceptionnel.

En outre, vous devez tenir compte des éléments suivants

1. JEKA n'est pas une société de transport de meubles et ne peut donc pas fournir de couchage supplémentaire, en plus du mobilier disponible dans le lodge.
2. Les réglementations locales interdisant l'installation de tentes ou de caravanes autour de nos maisons sans autorisation écrite des autorités.
3. La capacité maximale de chaque chambre ne doit jamais être dépassée (pour des raisons de sécurité incendie).

Chambres privées

Certains groupes souhaitent louer une ou plusieurs chambres (sans repas) pour leur personnel de cuisine ou pour un couple accompagnateur à proximité de leur lieu d'hébergement et souhaitent que ces personnes consomment les repas en même temps que le groupe.

Demandez à JEKA une proposition adaptée pour les salles privées, nous pouvons vous aider.

Après envoi du bon de commande et engagement de notre part, 60% du prix de la (des) chambre(s) reste à payer en cas d'annulation ; en cas d'annulation dans les 7 jours avant le départ, la totalité du prix de la location reste à payer à JEKA.

La taxe de séjour

Vous n'êtes pas soumis au paiement d'une taxe de résidence en Espagne-Montseny.

L'alimentation

JEKA met tout en œuvre pour que votre séjour se déroule dans les meilleures conditions possibles. Voici une brève explication de la manière dont notre personnel sur place vous conseillera et vous assistera si nécessaire, ainsi que de la manière dont les livraisons sont effectuées.

Les aliments

Les repas

JEKA fournit toute la nourriture nécessaire pendant le séjour, pour les voyages, les excursions et le retour. Deux repas de pain avec les garnitures nécessaires et un repas chaud sont fournis par jour. La nourriture est abondante, de qualité, variée et adaptée à nos goûts. Bref, nous y accordons beaucoup d'attention, car la réussite de vos vacances en dépend largement. Les repas en pain peuvent facilement être utilisés comme paniers-repas.

JEKA fournit du pain frais tous les matins, collecté auprès de la boulangerie locale. La quantité correspond à une consommation de groupe supérieure à la moyenne pour 2 repas de pain avec garnitures par jour. Veuillez informer notre personnel à temps si vous souhaitez organiser un événement sur deux jours, afin que le pain puisse être commandé pour deux jours.

Pour le repas chaud du soir, nous utilisons autant que possible des produits frais : par exemple, nous fournissons presque chaque jour un fruit frais à chaque participant.

Le ravitaillement

A votre arrivée, vous trouverez les premières fournitures avec les ingrédients de base (pommes de terre, beurre, lait, sucre, etc.) et les fournitures pour les premiers jours dans votre logement. Contactez votre collaborateur JEKA dès que possible s'il vous semble que la quantité livrée est trop petite ou trop grande. Après consultation, la livraison peut être adaptée aux besoins réels du groupe.

Dans la cuisine de chaque maison, il y a une pochette en plastique où vous pouvez laisser des questions, des messages ou de petites commandes supplémentaires (par exemple du lait) pour notre personnel lorsque personne du groupe n'est à la maison.

Nous demandons que les produits soient utilisés correctement. S'il vous reste quelque chose ou si vous ne l'aimez pas, ne le laissez pas se gâter, mais prévenez le membre du personnel de JEKA, qui pourra peut-être en faire profiter d'autres groupes. Il va sans dire qu'à votre départ, vous n'emporterez rien du stock permanent.

Le dernier jour de votre séjour, les premières fournitures seront livrées à votre lodge pour le groupe suivant. Nous vous demandons de ne pas utiliser les produits de cette réserve.

Exceptions aux repas standard

Dans la mesure du possible et de la disponibilité locale, nous acceptons les adaptations suivantes des repas : végétarien, halal, sans gluten et allergie alimentaire. Ces adaptations doivent être demandées au plus tard deux semaines avant le départ, accompagnées des informations utiles nécessaires (notamment en ce qui concerne les allergies : quelle est la gravité de l'allergie, qu'est-ce qui est autorisé, qu'est-ce qui ne l'est pas, ...).

Les participants qui suivent un régime alimentaire particulier feraient bien d'apporter leurs propres produits spécifiques de Belgique. L'expérience montre que ces produits ne sont pas toujours disponibles dans les magasins locaux.

Menu

Bien entendu, il n'y a pas d'obligation de suivre strictement le menu (décrit à la page suivante). Les denrées périssables sont apportées tous les deux jours, les denrées non périssables en deux grandes livraisons. La première est déjà prête à votre arrivée et s'étend jusqu'au déjeuner du jour 6. La deuxième livraison est effectuée au cours du jour 5. Il n'est pas possible de reprogrammer les jours de livraison : JEKA ne peut pas livrer les produits plus tôt que lorsqu'ils sont livrés à l'agence par les grossistes. Vous devez donc garder à l'esprit que l'ordre et la composition des différentes livraisons sont entièrement adaptés à cet exemple de menu, et que vous risquez par conséquent de vous retrouver dans le pétrin si tout ce qui est disponible est mis sur la table sans réfléchir.

Notes :

- En ce qui concerne les épices, JEKA ne fournit que du sel et du poivre; vous devez donc apporter les vôtres.
- Le menu peut encore subir de légères modifications, la version finale sera prête en cuisine à l'arrivée.
- Seules les boissons mentionnées sur le menu sont incluses.
- Aucun remboursement ne sera effectué pour les repas non utilisés (par exemple, à la suite d'un événement de deux jours).

L'exemple de menu

Il s'agit d'un exemple de menu en fonction de l'offre du marché, ce menu peut toujours être adapté par JEKA.

MENU ÉTÉ		
Type = pain, margarine, confiture, café instantané, thé, lait, sucre		
Jour 1	Diner	Soupe ; spaghetti, sauce tomate, viande hachée, champignons, poivrons, carottes, oignon, ail, fromage râpé ; pudding au chocolat
Jour 2	Petit déjeuner Lunch Diner	Type + fromage à tartiner, céréales Type + pâté, sandwich saucisse, concombre ; dessert Soupe ; pommes de terre, brochettes, laitue, tomates ; fruits frais
Jour 3	Petit déjeuner Lunch Diner	Type + choco Type + plat froid : pommes de terre, comichons, oignons perlés, chips, jambon cuit ; fruits frais Soupe ; pommes de terre, petits pois et carottes, hamburger ; dessert
Jour 4	Petit déjeuner Lunch Diner	Type + œuf Type + fromage, blanc de dinde ; fruits frais Soupe ; salade avec poivrons verts et rouges, fromage, riz, blanc de poulet, ananas, sauce au curry ; dessert
Jour 5	Petit déjeuner Lunch Diner	Type + fromage Type + plat froid : tagliatelles, concombre, tomates, asperges, salami, thon ; melon Soupe ; pommes de terre, cordon bleu, haricots verts ; dessert
Jour 6	Petit déjeuner Lunch Diner	Type + œuf, céréales Type + pâté, sandwich saucisse, fromage ; dessert Soupe ; pommes de terre + épinards, saucisse, moutarde ; dessert
Jour 7	Petit déjeuner Lunch Diner	Type + chocolat lait + fromage Type + plat froid : pommes de terre, tomates, laitue, jambon cuit, thon, œuf. Soupe ; spirelli, fromage moulu, cuisse de poulet, pêche en conserve, champignons ; dessert
Jour 8	Petit déjeuner Lunch Diner	Type + fromage à tartiner Type + fromage, salami ; dessert Soupe ; purée de pommes de terre, filet de poisson pané, citron, laitue, tomates ; fruits frais
Jour 9	Petit déjeuner Lunch Diner	Type + choco Type + tortilla : bacon, œufs, oignons, tranches de pommes de terre et herbes du jardin ; fruits frais Soupe ; pommes de terre, steak de porc, chou-fleur ; dessert
Jour 10	Petit déjeuner L'après-midi	Type + fromage Soupe ; spaghetti, sauce tomate, viande hachée, champignons, poivrons, carottes, oignon, ail, fromage râpé ; fruits frais
Départ	Lunch pack	Type + poitrine de dinde, fromage, fromage à tartiner, sandwich saucisse, fruits frais, biscuit
* Seules les boissons mentionnées sur le menu sont incluses		
NOURRITURE SAVOUREUSE !!!		