

**Croisière sur le Lot
Du 23 au 30 juin 2023**

- @lola_kohlanta
- @jeremykohlanta
- @angelique.njoff
- @beakohlanta_off
- @alexandre.kohlanta
- @oshen_side

Contact presse CRTL Occitanie :

Mélanie Frayssinet, melanie.frayssinet@crtoccitanie.fr

Contact presse Le Boat

Emily Deighton, emily.deighton@leboat.com

Contact presse Lot:

Cathy Seguy, cathy.seguy@tourisme-lot.com

Partagez votre séjour et identifiez-nous :

Destination Occitanie Sud de France :

@voyageoccitanie #VoyageOccitanie
<https://www.facebook.com/VoyageOccitanie>
<https://www.instagram.com/voyageoccitanie/>

Lot Tourisme :

@lottourismmeet #TourismeLot
<https://www.instagram.com/lottourisme/>
<https://www.facebook.com/lottourisme>

Le Boat France:

@leboat.france #loveleboat
<https://www.instagram.com/leboat.france/>
<https://www.facebook.com/leboatfrance>



Vendredi 23 juin : Arrivée Lot

@leboat.france
@voyageoccitanie
@lottourisme

15h00 : Check-in et instruction à la base de Le Boat Douelle - Le Moulinat, 46140 Douelle

16h30 : Balade dans Douelle (Temps Libre)

Nuit à Douelle

Samedi 24 juin : Lot

@leboat.france
@voyageoccitanie
@lottourisme

9h : Navigation > Cahors
● 3.5h de navigation
● 3 écluses

12h30 : Déjeuner à bord ou dans le centre de Cahors

14h : Visite de Cahors (Temps Libre)

Nuit à Cahors

Dimanche 25 juin

@leboat.france
@voyageoccitanie
@lottourisme

9h : Navigation > Vers
● 3.5h de navigation
● 5 écluses

12h30 : Déjeuner à bord

14h : (Temps Libre)

15h à 17h : épreuves **Koh Lanta à Vers au bord du Lot à Vers avec Lot of Sport**, contact : Philippe Pelissier

Épreuves encadrées en équipe autour de 4 thématiques pour gagner le “jeu de confort”

- Patience et stratégie : jeu de la tour infernale pour trouver la bonne combinaison le plus rapidement possible
- Adresse : jeu du totem des couleurs : accrocher un maximum d’objet en un minimum de temps
- Coopération : jeu du cactus où il faut être le premier à retirer l’anneau du cactus
- Épreuve physique : orientation à la recherche des balises dans le village de Vers

Jeu optionnel en fonction du temps : jeu du puzzle à reconstituer le plus vite possible.

Nuit à Vers

Lundi 26 juin

@leboat.france

@voyageoccitanie

@lottourisme

9h : Navigation > St-Cirq-Lapopie

- 3.5h de navigation
- 5 écluses

12h30 : Déjeuner à bord ou dans le village de St-Cirq

14h : Visite de St-Cirq-Lapopie (Temps Libre)

17h30 : Navigation > Bouziès

- 1h de navigation
- 2 écluses

Nuit à Bouziès

Mardi 27 juin

@leboat.france

@voyageoccitanie

@lottourisme

Départ à pied vers 9h30 pour **Conduché** où vous avez rendez-vous à **Kalapca** (compter 20 mn de marche)
<https://www.kalapca.com/> contact: Remi Hecquet

10h-12h : activité Roc et Tyro pour 7 à 8 personnes

Un parcours aérien et « fun » entre 2 falaises de Conduché sur un très beau site au confluent des vallées du Célé et du Lot ! À près de 40 mètres de haut, une autre façon de s’immerger en pleine nature ! Après une initiation et une montée sportive, un parcours mêlant roches et tyroliennes vous attend. Au total plus de 800 mètres répartis sur 4 tyroliennes ! Ce parcours acrobatique en hauteur est équipé en ligne de vie

continue pour une sécurité optimale et classé comme parcours à pratique autonome, il est sous la surveillance d'un opérateur (OPAH).

Matériel à prévoir :

Eau

Tenue vestimentaire sportive adaptée à la météo du jour

Préférer un pantacourt qu'un short

Chaussures de marche ou de trail

Gants conseillés : de via ferrata ou mitaines de VTT

1 petit sac à dos

Matériel fourni

Baudrier, longe, mousqueton, poulie et casque

12h30 : Déjeuner à bord

14h : Navigation > Arcambal

- 3.5h de navigation
- 5 écluses

17h30 : Temps libre

Nuit à Arcambal

Mercredi 28 juin

[@leboat.france](#)

[@voyageoccitanie](#)

[@lottourisme](#)

9h30h : Navigation > Laroque-des-Arcs

- 1h de navigation
- 1 écluse

10h30 : Visite de Laroque-des-Arcs (Temps Libre)

12h : Déjeuner à bord

13h30 : Navigation > Pradines

- 2.5h de navigation
- 4 écluses

16h - 17h : Balade dans Pradines

17h : Navigation > Mercuès

- 0.5h de navigation
- 0 écluse

Nuit à Mercuès

Jeudi 29 juin

@leboat.france
@voyageoccitanie
@lottourisme

Matin : Balade dans Mercuès

12h30 : Déjeuner à bord

De 15h à 16h30 : Rendez-vous au **Château de Cayx** à Luzech pour la visite des lieux (vignoble, parc et musée) suivie d'une dégustation.

Ce château du XVème siècle, situé au-dessus des rives du Lot appartient depuis 1975 aux souverains danois. Le Prince consort du Danemark, issu d'une ancienne famille de la région, les Monpezat, entreprit la restauration du château et du vignoble. Un lieu culturel au cœur du vignoble de Cahors.

Contact : A Luzech - www.chateau-de-cayx.com - boutique@chateau-de-cayx.com

17h : Navigation > Douelle

- 2h de navigation
- 1 écluse

Après-midi : Douelle

Nuit à Douelle

Vendredi 30 juin

@leboat.france
@voyageoccitanie
@lottourisme

9h : Check-out

Départ