

la  
**trace bleue**

*émotion – inspiration - création*

# **AQUARELLES D'AROLLA**

Stage d'aquarelle en balade

Caché au fond du Val d'Arolla, entre forêts de mélèzes et pâturages, le village d'Arolla tient une situation idéale pour parcourir la montagne et y dessiner.

De là, nos marches vous mèneront entre forêts, hameaux et pâturages jusqu'à des lieux propices à l'inspiration.

Sous les conseils de votre accompagnateur, vous esquisserez, puis peindrez des sujets typiques à l'aquarelle : mélèzes, montagnes ou vaches d'Hérens.

Un stage artistique en pleine nature, un séjour de détente à ne pas manquer !



**Du lundi 1er au vendredi 5 août 2016**

**Vous :** Curieuse ou curieux de nature, vous aimez marcher en montagne et souhaitez apprendre à peindre ou perfectionner votre technique.

**Votre guide :** Bastian Keckeis est accompagnateur en montagne depuis 2006. Il enseigne le dessin, l'aquarelle et la création de carnets de voyage depuis plusieurs années.

# AQUARELLES D'AROLLA

## INFORMATIONS PRATIQUES

- Dessin :** principalement croquis au crayon puis peinture à l'aquarelle
- Marche :** marches de niveau facile à moyen, de 5 à 8 km, avec 350 m de dénivelé au maximum, sentiers de montagne parfois raides et quelques morceaux de route et chemins
- Hébergement :** en hôtel, en chambre double, chambre simple sur demande, pique-nique à l'extérieur à midi et souper à l'hôtel le soir
- Inscription :** au plus tard le 1er juin,  
rabais de 5 % pour « early birds » inscrits avant le 1<sup>er</sup> mars.  
Un acompte de 320 CHF est à payer lors de l'inscription (voir conditions générales), le solde est à remettre à l'accompagnateur au début du séjour.  
Minimum 5 / maximum 9 participants
- Prix :** 920 CHF (850 EUR), 980 CHF (900 EUR) en chambre simple  
Le prix comprend la conduite par un artiste accompagnateur en montagne breveté, les nuitées du dimanche soir au vendredi et les repas.  
Le transport depuis votre domicile jusqu'au lieu de stage et vos dépenses personnelles ne sont pas compris.

<b>Rendez-vous :</b>	<b>dimanche 31 juillet 2016, 18h45, Arolla, entrée Hôtel Kurhaus</b>
----------------------	--

Il est aussi possible d'arriver le lundi matin avant 9h30.

**Fin :** vendredi 5 août, 14h30, même endroit

**Accès :** en train et bus postal jusqu'à « Arolla, poste »,  
ou en voiture via Sion, Evolène, Les Haudères

**Matériel :** voir sur liste ci-après

**Conditions :** Le programme peut être modifié en fonction des conditions météorologiques.  
Chaque participant doit posséder une assurance accident personnelle.  
Conditions complètes sur le site internet ou sur demande.

Un stage d'aquarelle est un séjour durant lequel nous nous baladons et nous arrêtons pour dessiner, peindre à l'aquarelle ou apprendre une autre technique de dessin. Cela s'adresse aux débutants comme aux amateurs qui aiment pratiquer leur art en nature et en compagnie d'autres personnes.

Dessiner à l'extérieur permet de rentrer en contact avec l'environnement, qu'il soit naturel ou bâti. On remarque ainsi des détails que l'on n'aurait même pas aperçu en marchant, on vit des rencontres inhabituelles... mais surtout, on apprend à regarder vraiment.

Je me réjouis de partager ce séjour avec vous.



la  
**trace bleue**

Bastian Keckeis  
Rte de Fribourg 2  
CH-1773 Léchelles  
00 41 (0)79 635 91 43  
info@latracebleue.ch  
**www.latracebleue.ch**

# AQUARELLES D'AROLLA

## PROGRAMME

### Dimanche 31 juillet

18h20 Arrivée du bus depuis Sion – Les Haudères  
18h45 Rendez-vous, présentations  
Souper  
Présentation du programme du stage et discussions.

### 1<sup>er</sup> jour, lundi 1<sup>er</sup> août Le Vallon d'Arolla

Déjeuner  
9h15 Arrivée du bus depuis Sion – Les Haudères  
Dernières présentations, si nécessaire  
Départ à pied  
Marche vers le haut Val d'Arolla au long du torrent.  
7 km / + 250 m / - 250 m / 2h30 de marche  
Introduction au dessin d'esquisse, au croquis de voyage au crayon et à l'aquarelle sur le thème des fleurs et autres plantes.



### 2<sup>ème</sup> jour, mardi 2 août Le Lac Bleu

Marche à flanc de coteau jusqu'au splendide Lac Bleu. Notre plus longue marche de la semaine.  
8 km / + 350 m / - 350 m / 3 heures de marche  
Dessin et aquarelle sur le thème des nuages, de la neige et de l'eau.

### 3<sup>ème</sup> jour, mercredi 3 août La Montagne d'Arolla

Marche au-dessus d'Arolla et des forêts jusqu'aux alpages fleuris.  
5 km / + 250 m / - 250 m / 2 heures de marche  
Croquis et aquarelles de fleurs et autres vaches d'Hérens.

### 4<sup>ème</sup> jour, jeudi 4 août Les chalets de Pramousse

Randonnée vers le bas du vallon, au long du torrent jusqu'au hameau de Pramousse.  
5 km / + 250 m / - 250 m / 2 heures de marche  
Dessin et aquarelle de chalets et constructions typiques.



### 5<sup>ème</sup> jour, vendredi 5 août Autour du Kurhaus

Errance créative aux alentours de notre hôtel, entre forêts et clairières.  
5 km / + 150 m / - 150 m / 1h30 de marche  
Peinture d'arbres ou autres détails. Retouches d'aquarelles, si nécessaire.  
14h00 Clôture  
15h00 Départ du bus pour Les Haudères - Sion

Ce programme peut être modifié en fonction des conditions météorologiques et de l'état des sentiers.

# AQUARELLES D'AROLLA

## LISTE DE MATERIEL

Le matériel emporté doit être adapté à la randonnée. Il est donc important de suivre cette liste et de se procurer l'équipement adéquat.

### Matériel de base **IMPORTANT**

Ce matériel est essentiel. Veillez à l'avoir avec vous.

Sac à dos de 25 à 40 litres	0
Souliers de montagne montants, avec semelles profilées	0
Chapeau ou casquette	0
Lunettes de soleil	0
Crème solaire	0
Gourde ou thermos (minimum 1.5 l.)	0

### Habillement

Prenez assez d'habits, il vaut mieux avoir une couche en réserve qu'avoir trop froid. Arolla se situe à 2000 mètres d'altitude, il peut donc y faire relativement frais.

Veste imperméable ou coupe-vent	0
Pull chaud ou polaire	0
Pantalons de marche	0
Habits pour la nuit	0
Habits de rechange pour 5 jours	0
Souliers pour le repos	0

### Autre matériel

Lors de votre préparation, veillez à ne pas alourdir votre sac à dos avec du matériel inutile. Procurez-vous tout le matériel de dessin avant le stage, il n'y a pas de papeterie à Arolla.

Trousse de toilette pour 5 jours	0
1 ou 2 crayons graphite, dureté entre HB et 5B	0
Petite boîte d'aquarelle	0
Pinceaux (1 fin et 1 moyen)	0
Bloc de papier ou carnet pour aquarelle format A5 ou A4 (265 à 400 gr/m2)	0
Chiffon en tissu	0
Petit gobelet ou tasse	0
éventuel :	
Carnet de croquis ou bloc de feuilles (80 à 150 gr/m2)	0
Sac ou petite couverture pour s'asseoir	0
Couteau de poche	0
Bâtons télescopiques	0
Appareil de photo	0
Autres	0

N'hésitez pas à me contacter pour toute information supplémentaire concernant le matériel.

# AQUARELLES D'AROLLA

## FORMULAIRE D'INSCRIPTION

J'inscris ..... personne(s) à la randonnée .....

- La/les personne(s) inscrite(s) est/sont en bonne santé et peut/peuvent suivre cette randonnée
- Je remettrai la somme à l'accompagnateur au départ de la randonnée
- J'ai versé l'acompte par poste/internet et paierai le solde au départ de la randonnée

Nom : ..... Prénom : .....

Adresse : .....  
.....

N° de téléphone : ..... .....

Adresse de courrier électronique : .....

Remarques : .....

J'ai eu connaissance de ce stage par : .....

Par mon inscription, j'accepte les conditions générales.

Date : .....

Signature : .....

## COORDONNEES BANCAIRES

Banque Raiffeisen de la Glâne  
1680 Romont

En faveur de:  
CH68 8012 9000 0164 6550 3  
La Trace Bleue  
Keckeis Bastian  
Route de Fribourg 2  
1773 Léchelles

**NOUVEAU NUMERO IBAN depuis août 2015 !**

ccp: 10-4818-7