



LA RANDONNÉE TOURISTIQUE :

« BANGOULAP TOUR 14 »

Programme



Chers randonneurs et randonneuses, amoureux de la nature, et férus d'exploration, venez conjuguer découverte et dépassement de soi à travers un circuit dépaysant entre deux départements (le Ndé et le Noun).

Les 31 octobre, 1^{er} et 2 novembre 2014, venez vivre 2 jours et demi de circuit à la dimension des sportifs que vous êtes.

JOUR 1 : ACCUEIL ET INSTALLATION.



16h : Arrivée des randonneurs.

16h30 : Accueil et installation.

19h30 :

- Allocutions.
- Explications du « Bangoulap Tour 14 », conseils pratiques.
- Dîner.

21h : Coucher.

JOUR 2 : RANDONNÉE PÉDESTRE.



7h00 : Petit déjeuner.

7h30 : Début du parcours sportif le long de la piste de la Fondation qui mène vers Bandjuidjong. Une heure de descente à travers les petites plantations de bananier plantain et de café, jusqu'à un cours d'eau avec une petite cascade où les excursionnistes pourront se rafraichir avant de poursuivre le parcours.



A partir de là, le sol est sableux et toujours en pente descendante, avec de petites plantations de palmier à huile d'une part et des cultures vivrières d'autre part. Arrivée à Bandjuignong, découverte des constructions typiques du village (les cases en poto-poto surmontées de toit en tôles). Le chemin se poursuit vers Bassamba (2h), son paysage composé de cultures vivrières, de cases en terre battue. Ultime effort physique continu vers la remontée sur Babou où vous traverserez des plantations de produits maraîchers, des sources naturelles d'eau pour ensuite profiter d'une descente vers Nyamga, admirant les constructions, le paysage, les "clubs Matango" (débits de boissons à base de sève de raffia) jusqu'à la Fondation (2h).

12h30 : Arrivée et relaxation à la Fondation.

13h : Déjeuner.

13h30 : Départ pour le petit village de Maka dans le département du Noun où vous visiterez l'école publique Jean Félicien Gacha de Maka II. Découverte de la montagne rocheuse de

Maka d'où on a une vue à 360 degrés sur tous les villages typiques environnant et le fleuve Noun.



15h : En route pour Foubot, sur la route, des cases typiques Mbororo, des cultures diverses (maïs, haricot, bananier plantain), une végétation et un sol changeant au fur et à mesure que l'on quitte les villages Mbororo pour Foubot.

17h30 : Retour à la Fondation par Bafoussam.

18h : Détente musicale – gospel.

20h : Dîner, échanges et coucher.

JOUR 3 : TRADITION ET CULTURE.



8h : Visite guidée de la Fondation Jean-Félicien Gacha. Découvrez ce site magique à 1500 mètres d'altitude, son cadre verdoyant, ses tranchées historiques, ses cases patrimoniales, et ses ateliers d'artisanat où se transmettent les savoir-faire qui font la noblesse de l'Ouest Cameroun ; et enfin la riche programmation du Centre des Cultures JLD et ses infrastructures.

9h30 : Départ pour les chutes de Baaba I et II, découverte de la place sacrée de Ntagni.

11h30 : Brunch.

13h : Visite de courtoisie au Roi, Sa majesté Jean-Marie Yonkeu : laissez-vous expliquer par la voix la plus autorisée, la fascinante et douloureuse histoire de Bangoulap.



14h : Départ de toutes les délégations.

FIN DU CIRCUIT.

MODALITÉS D'INSCRIPTION :

Participation 10.000 FCFA.

Hébergement 10.000 FCFA/pers/nuitée.

Tel : 00237 90457584 / 00237 33216854.

E-mail : gwandji@hotmail.com OU 3fondation@gmail.com