

# Vendredi 22 Mai 2026

## DARNEY

9 Participants, parcours de 20,8 km Darney-Droiteval-Claudon-Pont Tatal-Attigny,  
dénivelé positif de 285 m









## Le sentier des 4 mares

Le site naturel de la Tranchée des Quatre Mares figure à l'inventaire des Espaces Naturels Sensibles (ENS) du Conseil Général des Vosges.

La politique des ENS se veut proche des hommes et de leur territoire. Les actions engagées dans le cadre de cette politique bénéficient d'un soutien technique et financier important du Conseil général. L'intérêt écologique des mardelles forestières d'Atigny leur ont valu d'être inscrites, en 2006, à l'inventaire des Espaces Naturels Sensibles (ENS) du Département des Vosges.

Dans le cadre de cette politique, la Communauté de communes du Pays de Saône et Madon s'est engagée dans la protection de la Tranchée des quatre mares en signant, en 2010, une convention avec l'ONF et le Conservatoire des Sites Lorrains pour la connaissance, la protection, la gestion et la valorisation de ce précieux patrimoine.

En 2011, l'implication de la Communauté de communes a permis la réalisation du plan de gestion biologique et du sentier de découverte des mardelles.

**Bienvenue**  
longueur : 1,100 Km. largeur du cheminement : 1,60 m

**Le cri**  
du sommeil à ventre jaune






**Abbey, then priory Notre Dame de Droiteval**  
*A Cistercian monastery, from the XII century, which became an industrial complex in the XVIII century*  
*The remaining buildings originated in a foundation by the Lords of Darney. The church was built in the Roman style but announced already the Gothic style with some elements. Nuns and then monks lived there until the XV. Then followed three centuries of neglect due to wars. Some renovations began during the XVIII, and during the French Revolution,*

### Abbaye, puis prieuré Notre-Dame de Droiteval

«Un ensemble monastique du XII<sup>e</sup> siècle devenu un site industriel à partir du XVIII<sup>e</sup> siècle»

*Le site a été occupé par l'abbaye Notre-Dame de Droiteval et y ont été élevés pour sa mise en valeur les bâtiments de ce qui est devenu l'usine métallurgique. Elle fut transformée en usine métallurgique en 1858. Elle fut reconstruite en 1858. Elle fut reconstruite en 1858. Elle fut reconstruite en 1858.*

 **Nous vous remercions d'avoir choisi notre structure pour pratiquer votre baptême de saut à l'élastique**  
**Conditions générales de vente (CGV)**  
**Réglementation pour le saut à l'élastique d'Adrenaline Elastic**

**Si vous avez des questions sur notre réglementation et nos exigences, vous pouvez nous demander avant l'achat de vous les expliquer par téléphone. (En achetant un de nos bons ou un coffret cadeau en venant chez nous vous acceptez pleinement notre réglementation ci-dessous.)**

Vous devez vérifier sur notre site internet que la date que vous avez réservée correspond bien au calendrier cité sur notre calendrier.  
Annulation de journée : allez vérifier la veille ou le matin notre page Facebook que la journée est bien maintenue, nous vous informons le plus tôt possible et essayons au plus de vous contacter par téléphone.  
**Nouveau pour les coffrets**, vu le coût de la vie qui grimpe de plus en plus nous vous demandons en plus de votre coffret 30€ par box à régler le jour du saut. Si vous n'acceptez pas ce surcoût, ce que nous pouvons comprendre, vous avez tout de même d'autres activités dans vos coffrets, activité toute aussi intéressante que la nôtre. Que vous sautiez chez nous ou que vous alliez faire une autre prestation nous vous souhaitons une bonne activité pleine de sensation. Si vous nous envoyez votre bon, c'est que vous avez accepté le surcoût.

**Conditions hivernales** pour la sécurité et le confort de tous, notre structure dû aux conditions météorologiques est fermée de mi-Octobre à mi-Avril et ouverte pour les sauts de mi-Avril à mi-Octobre. La saison se terminant mi-octobre anticipez vos réservations, n'oubliez pas que votre bon est valable un an et que sur un an il n'y a donc que 6 mois effectifs de saut de mi-Avril à mi-Octobre. (Exemple si vous achetez votre bon en Décembre 2014 celui-ci sera donc valide de mi-Avril à mi-Octobre 2015, après cette date votre saut n'est plus valide) (autre exemple si vous achetez votre bon cadeau le 1er juillet 2014 il est valable jusqu'au 1er juillet 2015, donc 6 mois effectifs de saut).  
Si vous attendez trop longtemps en fin d'année pour réserver, le calendrier étant souvent complet (du aux retardataires) nous ne pourrions donc peut-être pas vous faire sauter et le bon sera perdu, n'attendez donc pas pour utiliser votre bon cadeau. Les dernières dates de fin de saison sont souvent complètes.  
Tous les sauts doivent être réservés obligatoirement par tél au : 06.73.58.66.45.

**Pour les renseignements** achetez ou autres nos bureaux sont ouverts toute l'année au 06.73.58.66.45 de 10h à 18h.

**Le jour du saut**, il est IMPERATIF de venir avec votre bon cadeau imprimé. Imprimez bien votre bon car c'est lui qui vous donne l'accès au saut (**Pas de Bon = Pas de saut** la présentation de votre bon par téléphone ne sera pas acceptée, nous ne les lions pas, doit être obligatoirement par mail [adrenaline.elastic@orange.fr](mailto:adrenaline.elastic@orange.fr) et uniquement par mail celui-ci, l'envoi par de votre annulation, aucune annulation sur réponseur téléphonique n'est valable.  
Si vous ne vous présentez pas sur le vieduc lors du rendez-vous fixé avec nous, le bon ne sera ni remboursé ni reprogrammé et sera définitivement perdu (même si vous appelez pour vous excuser la veille ou le jour même, le saut sera annulé et perdu).  
Les bons achetés chez-nous ne sont pas remboursables, n'étant pas nominatifs mais numérotés, ils peuvent être donnés ou vendus. **Attention**, avant d'acheter un saut sur le bon doit ou autres, vérifiez auprès de nous que le bon est bien valide.  
Pour les photos ou vidéos si vous ne les avez pas comme convenu téléchargez sur internet en temps et en heure, vous avez deux mois après votre saut pour faire une autre demande de renvoi, ensuite elles sont effacées, l'envoi des vidéos ou photos se fait sous 15 jours.  
Vidéos particulières embarquées style GO juro interdites (même tenues à la main)  
En venant sauter chez nous vous nous autorisez à utiliser votre image photo ou vidéo pour notre site internet ou autres (nous vous pouvons nous demander le jour du saut de ne pas utiliser votre image). Délai d'envoi des vidéos ou photos sous 15 jours.  
La refus de saut ne donne droit à aucun avoir ni remboursement.  
En remplissant ce formulaire vous faites partie automatiquement des membres passifs de notre association et recevez de temps en temps des mails d'information.

**Pour les touchés d'eau** : le touché n'est pas garanti mais réussi à 98% ne pouvant être précis à 1m (1 mètre) près, en principe vous rentrez dans l'eau jusqu'aux épaules ou jusqu'à la taille ou au mieux jusqu'aux chevilles, dans tous les cas, ramenez un change car vous êtes mouillé.  
Prix des 1,2 petites heures sur place. Poids 45kg mini 120kg maxi. Chaussures à lacs obligatoires.  
Certificat médical obligatoire pour les plus de 60 ans si vous venez sans certificat et que vous désirez quand même sauter le saut sera sous votre entière responsabilité.

**Consignes de sécurité sous votre responsabilité à respecter scrupuleusement leur de votre saut :**

1. Se démunir de tout objet qui pourrait pendant le saut, tomber au sol et entrainer des dégâts matériels ou corporels sur les participants et spectateurs.
2. Ne jamais essayer de se cramponner à la potence ou autre, ni jamais toucher au matériel avant et pendant le saut (exemple, corde, sanglé, élastique, mousquetons etc...) sauf si cela vous est demandé.
3. Éviter, attentivement le moniteur vous donner les consignes de sécurité.
4. Sauf si vous êtes invité à le faire, ne touchez pas à la potence ou à la corde.
5. Important : pour les touchés d'eau vous devez vous laissez tomber droit, le tête la première et sans impulsion, vous devez lors du saut mettre obligatoirement les mains devant votre visage lorsque vous arrivez dans l'eau, remettez la tête comme quand vous faites un plongeon à la piscine. Vous pouvez toucher l'eau du bout des doigts ou au mieux rentrer dans l'eau jusqu'à la taille ou les chevilles.
6. Dans certaines circonstances les jambières qui ne sont pas un élément de sécurité mais de confort peuvent glisser, ce qui arrive une fois ou deux par an, ne vous inquiétez pas vous serez retenu par le matériel de sécurité.
7. Il existe une part de risque inhérentes aux conséquences liées de trébucher qui malgré la mise en œuvre de l'ensemble des dispositifs de sécurité ne peuvent pas être imputés aux organisateurs, vous en acceptez les risques.
8. Important pour les touchés d'eau : Vous devez obligatoirement avant de sauter annoncer de vive voix votre poids au largueur.

**Après avoir lu ce règlement et consignes si vous ne les acceptez pas vous avez une semaine pour nous demander par mail un remboursement.**  
En venant chez nous vous acceptez pleinement notre réglementation et consignes de sécurité.  
Tout litige se règle par mail : [adrenaline.elastic@orange.fr](mailto:adrenaline.elastic@orange.fr). En cas de non-entente seul le tribunal de la ville où nous sommes basé sera compétent.









**MERCI À PHILIPPE**  
**ANIMATEUR DE LA RANDONNÉE**