

Séjours sportifs et spirituels

– De Rouen à Pontmain



SOMMAIRE

(p.4) (p.9) (p.12) (p.14)

ROUEN ET SA CATHÉDRALE

La cathédrale Notre-Dame, officiellement cathédrale primatiale Notre-Dame-de-l'Assomption de Rouen, est le monument le plus prestigieux de la ville de Rouen. Elle est le siège de l'archidiocèse de Rouen, chef-lieu de la province ecclésiastique de Normandie. L'archevêque de Rouen portant le titre de primat de Normandie, sa cathédrale a ainsi le rang de primatiale.

C'est une construction d'architecture gothique dont les premières pierres remontent au haut Moyen Âge. Elle a la particularité, rare en France, de conserver son palais archiépiscopal et les constructions annexes environnantes datant de la même époque.

Comme la plupart des grands édifices religieux du gothique normand, la cathédrale est dotée d'une « tour-lanterne » sur la croisée du transept. La flèche en bois couverte en plomb de style Renaissance qui la couronnait fut détruite par un incendie provoqué par la foudre en 1822. Elle est à présent surmontée d'une flèche en fonte, construite de 1825 à 1876 qui culmine à 151 mètres de hauteur. La cathédrale Notre-Dame de Rouen est la plus haute de France et était le plus haut bâtiment du monde au moment de son achèvement en 1876,

et le restera jusqu'en 1880, détrônée par la cathédrale de Cologne (157 mètres). Elle reste néanmoins la troisième plus haute église du monde, dépassée seulement par celles d'Ulm et Cologne. Elle est également la cathédrale qui, par la largeur de sa façade occidentale de 61,60 mètres, détient le record de France.

Considérée comme « la plus humaine des cathédrales » par le manque de symétrie de sa façade occidentale, elle est mondialement connue, notamment à travers les 30 tableaux de la série des Cathédrales de Rouen, peints par Claude Monet.





ABBAYE NOTRE DAME DU BEC HELLOUIN

L'abbaye Notre-Dame du Bec est une abbaye catholique bénédictine faisant aujourd'hui partie de la congrégation de Sainte-Marie du Mont-Olivet et située au Bec-Hellouin, près de Brionne, dans le département de l'Eure, en Normandie.

Elle a été fondée en 1034 par Herluin, ou Helloin, d'où son nom, chevalier du comte Gilbert de Brionne. Avec l'arrivée des Italiens Lanfranc de Pavie, prieur et maître de l'école monastique, puis d'Anselme de Cantorbéry, originaire d'Aoste, le Bec devient l'un des principaux foyers de la vie intellectuelle du XIe siècle : le futur pape Alexandre II y étudie vers 1050 ainsi que nombre de futurs légats et évêques.

Depuis près de 1 000 ans, l'abbaye du Bec est liée par l'histoire à la cathédrale de Canterbury à laquelle elle a donné trois archevêques. Laissée en ruines par la Révolution, la tour Saint-Nicolas est classée à partir de 1840 au titre des monuments historiques et l'abbaye est aujourd'hui gérée par le Centre des monuments nationaux.

Elle a retrouvé vie grâce aux moines bénédictins de l'Ordre du Mont-Olivet qui, depuis 1948, y perpétuent la vie monastique sous l'égide de Dom Paul-Emmanuel Clénet, élu 49e abbé en 1996.



LISIEUX

Très populaire, sainte Thérèse de Lisieux est un phare pour croyants et incroyants. La simplicité de sa courte vie, sa petite voie de la confiance et de l'amour lui ont valu d'être proclamée docteur de l'Église par Jean-Paul II en 1997.

Thérèse Martin naît le 2 janvier 1873 à Alençon. Dès l'âge de quatre ans et demi, une première épreuve la marque : sa maman meurt d'un cancer du sein. Toute la famille déménage à Lisieux. Comme un coup du sort, en 1882, sa sœur Pauline, qu'elle avait choisie pour « seconde maman », entre au Carmel

Thérèse tombe gravement malade. Devant l'impuissance des médecins, sa famille et les carmélites prient Notre-Dame des Victoires. Au terme d'une neuvaine, le 13 mai 1883, de son lit de malade, Thérèse voit la statue de la Vierge lui sourire. Aussitôt guérie, elle se place sous la protection maternelle de Marie.

Toujours hypersensible, à la veille de ses 14 ans, Thérèse pleure pour un rien. La nuit de Noël 1886, de retour de la messe, elle fond en larmes devant le peu d'entrain de son père pour le rituel des cadeaux. Thérèse monte dans sa chambre, mais bien vite, elle

sèche ses larmes et redescend en riant. Elle a reçu une force qui ne la quittera plus. En souvenir de cette grâce, la jeune fille désire entrer au Carmel au Noël suivant. Mais les carmélites lui demandent d'attendre jusqu'à Pâques pour lui éviter les rigueurs du Carême.

Le 9 avril 1888, Thérèse entre au Carmel à l'âge de 15 ans. Après sa prise d'habit, son père, atteint d'une maladie mentale, doit être interné. Profondément meurtrie, Thérèse vit cette nouvelle épreuve en union avec le visage défiguré et souffrant de Jésus dans sa Passion. Le 8 septembre 1890, jour de sa profession religieuse, elle prend ainsi pour nom: Thérèse de l'Enfant-Jésus et de la Sainte-Face.

Dix ans après la grâce de Noël, lors des fêtes pascales, la jeune carmélite entre dans sa Passion. Tuberculose et nuit de la foi l'assaillent. Elle ressent les doutes et l'incroyance des personnes athées. Le 30 septembre 1897, Thérèse de Lisieux meurt à 24 ans à l'infirmerie du Carmel où l'a suivie la statue de la Vierge au Sourire. En regardant son crucifix, elle prononce ces derniers mots : « Oh! Je l'aime! Mon Dieu... je vous aime!»



MONT SAINT MICHEL

C'est à la demande de l'Archange Michel, «chef des milices célestes», qu'Aubert, évêque d'Avranches construisit et consacra une première église le 16 octobre 709.

En 966, à la demande du Duc de Normandie, une communauté bénédictins s'établit sur le rocher. L'église préromane y fut alors élevée avant l'an mil. Au XIème siècle, l'église abbatiale romane fut fondée sur un ensemble de cryptes, au niveau de la pointe du rocher et les premiers bâtiments conventuels furent accolés à son mur nord. Au XIIème siècle, les bâtiments conventuels romans furent agrandis à l'ouest et au sud. Au XIIIème siècle, une donation du roi de France Philippe Auguste à la suite de la conquête de la Normandie, permit d'entreprendre l'ensemble gothique de la Merveille : deux bâtiments de trois étages couronnés par le cloître et le réfectoire. Au XIVème et XVème siècle, la Guerre de Cent Ans rendit nécessaire la protection de l'abbaye par un ensemble de constructions militaires qui lui permit de résister à un siège de plus de trente ans. Le choeur roman de l'église abbatiale, effondré en 1421 fut remplacé par le choeur gothique flamboyant à la fin du Moyen-Age. Devenue prison sous la Révolution et l'Empire, l'Abbaye nécessitera d'importants travaux de restauration à partir de la fin du XIXème siècle. Elle est confiée depuis 1874 au service des monuments historiques.

La célébration du millénaire monastique en 1966 a précédé l'installation d'une communauté religieuse dans l'ancien logis abbatial perpétuant la vocation première de ce lieu ; la Prière et l'Accueil. Les Frères et les Soeurs des Fraternités Monastiques de Jérusalem assurent cette présence spirituelle depuis 2001.



PONTMAIN

Durant le rigoureux hiver de ce début de l'année 1871, les habitants d'un petit village de Normandie ont été à leur tour témoins d'un événement miraculeux.

Les temps étaient très durs, alors que la guerre franco-prussienne faisait rage. Les villageois craignaient de voir l'armée ennemie déferler sur leurs terres à tout moment et se réunissaient tous les jours pour prier dans la petite église paroissiale. À la prière de ce dimanche-là, ils pleuraient les 38 jeunes hommes du village partis au front et dont ils n'avaient plus eu de nouvelles. Composée de pauvres paysans, la population de Pontmain était sans défense, et la tension à son comble.

Un peu après dix-sept heures, le 17 janvier, deux frères, Joseph et Eugène Barbedette, donnent du fourrage aux chevaux, dans l'écurie, tandis que leurs parents écoutent les nouvelles sur l'attaque imminente de l'armée prussienne colportées dans le voisinage.

Eugène, âgé de douze ans, ressent soudain le besoin de sortir et de regarder le ciel pour « voir le temps qu'il fait ». Il aperçoit alors, flottant dans le ciel au-dessus d'une maison voisine, une belle dame vêtue d'une robe bleue constellée d'étoiles, comme celle qui a été peinte par la suite au plafond de l'église du village. Son frère Joseph, dix ans, sort à son tour et la voit également. Ils sont fascinés par sa beauté. Ils appellent leurs

parents, mais ces derniers ne voient rien. Ils vont chercher les religieuses de l'école et reviennent accompagnés d'autres enfants.

Deux petites filles assurent qu'elles voient elles aussi la Vierge et en donnent la même description que les deux garçons. Les voisins viennent se masser devant l'écurie des Barbedette, mais seuls les enfants peuvent décrire l'apparition.

Lentement, une phrase s'écrit dans le ciel. Les garçons, encore quasiment illettrés, en dictent les mots lettre par lettre. C'est ainsi que se transmet le message qui s'affiche désormais sur une banderole aux pieds de la dame : « Mais priez, mes enfants. Dieu vous exaucera en peu de temps. Mon Fils se laisse toucher. »

Quatre chandelles et un crucifix rouge s'ajoutent à la vision de la Vierge. La dame ne dit rien. La scène dure trois heures, et les quatre enfants décrivent ce qu'ils voient jusqu'à ce que l'apparition se dissipe. Par la suite, les Prussiens renoncent inexplicablement à leur attaque, et l'armistice survient quelques jours plus tard. Le prêtre local, l'abbé Guérin, est tellement impressionné qu'il se bat pour la reconnaissance de cette apparition de la Vierge. Une année plus tard, en 1872, Notre Dame de Pontmain est reconnue par l'évêque régional, et le pape Pie IX autorise la célébration de l'anniversaire de l'apparition le 17 janvier.



ACTIVITÉS SPORTIVES



Vélo

Le meilleur moyen pour profiter du paysage tout en avalant les kilomètres. Assistance électrique possible si le niveau des participants l'impose.



Tandem

Une expérience coopérative unique qui nécessite une bonne communication et une belle solidarité dans l'effort. Génial pour les couples qui veulent ne faire qu'un!



Course à pied

Pour les coureurs confirmés ou les joggeurs du dimanche, il est possible d'associer cette activité avec le vélo pour faire du «bike and run».



Char à voile

Apprenez à piloter cet engin à trois roues et amusez-vous à prendre un peu de vitesse si le vent souffle!

ACTIVITÉS SPORTIVES



Autogire

L'autogire est un aéronef dont une voilure tournante libre assure la sustentation, mais dont la propulsion est assurée par une hélice entraînée par un moteur. Les sensations sont sensiblement les même qu'en ULM pendulaire mais les conditions climatiques nécessaires pour voler sont nettement moins contraignantes.



ULM Pendulaire

Volez en binôme avec un pilote expérimenté pour avoir une vue à 360 degrés et être directement au contact de l'air. Le maintien de cette activité est soumise à des conditions climatiques particulières. La sécurité est notre priorité et l'activité sera remplacée si la météo ne permet pas de voler.



Parapente

Accroché à un moniteur qualifié, volez comme un oiseau et prenez-en plein les yeux.



Vol en avion

Encore une façon de survoler la région. L'avantage de celle-la, c'est d'avoir la possibilité d'être à plusieurs avec le pilote. Ce sera donc l'option privilégiée pour les groupes de plus de cinq personnes.

ACTIVITÉS SPORTIVES



Canoé - Kayak

Faites travailler un peu vos bras et glissez sur l'eau pour voir le paysage sous un angle différent.



Voile

Encadré par un skipper expérimenté, vous aurez votre rôle sur le bateau et vivrez 24 heures en mer. Une expérience que vous aurez du mal à oublier.

Nota Bene:

Certaines activités nécessitent des certificats médicaux spécifiques.

Les activités peuvent être toutes adaptées à votre niveau, ne vous surestimez pas en évaluant celui-ci. X Sight Travel organise des séjours sur-mesure, n'hésitez donc pas à exprimer vos idées, vos envies ou vos peurs. Nous sommes là pour organiser le voyage le plus adapté à votre profil.

Beaucoup d'activités dépendent des conditions climatiques. Le maintien de certaines activités se décide parfois le jour même. Nous nous efforçons de vous proposer un panel d'activités insolites et variées, si une activité est annulée, nous ferons tout notre possible pour la remplacer par une autre. Si cela n'est pas possible, la somme correspondant au tarif de l'activité annulée vous sera remboursée.

Programme A : 2 à 5 personnes

- **Rendez vous** à la messe dominicale à la Cathédrale de **Rouen**.
- Déjeuner léger au restaurant.
- Vélo/Tandem,Bike and Run ou Running en relais.
- Temps spirituel (avec le prêtre accompagnateur à l'Abbaye Le Bec-Hellouin)
- Dîner et nuit au Bec-Hellouin.
- Petit-déjeuner.
- Visite de l'Abbaye Le Bec-Hellouin.
- Temps spirituel.
- Déjeuner ou Pique-nique.
- Vélo/Tandem,Bike and Run ou Running en relais.
- Arrivée à Lisieux Visite & Temps spirituel.
- Dîner et nuit à Lisieux.
- Petit-déjeuner.
- Découverte des plages du débarquement (+ visite du musée).
- Déjeuner.
- Chars à voile ou Parapente en tandem.
- Transfert véhiculé vers Valognes ou Bricquebec.
- Moment Spirituel.
- Dîner et nuit à **Valognes** à l'Abbaye Notre-Dame de Protection ou à l'Abbaye Notre-Dame de Grâce à **Bricquebec**.
- Petit-déjeuner.
- Visite de Cherbourg en footing ou en vélo.
- Déjeuner ou Pique-nique.
- Départ en voilier direction Saint-Malo.
- Dîner et nuit sur le bateau.

- Petit-déjeuner sur le bateau.
- Navigation sur le voilier.
- Déjeuner sur le bateau.
- Arrivée à **Saint-Malo** Debriefing et rangement.
- Moment Spirituel.
- Dîner et nuit à Saint-Malo.

- Petit-déjeuner.
- Visite de Saint-Malo en footing ou en vélo.
- Transfert véhiculé vers St Jean-le-Thomas.
- Déjeuner ou Pique-nique.
- **Vol en ULM** au-dessus de la Baie du Mont-Saint-Michel, ou **activité kayak**.
- Moment Spirituel.
- Dîner et nuit à l'Etoile de la Mer.
- Petit-déjeuner.
- Marche à pied pour rejoindre le Mont-Saint-Michel.
- Visite de l'Abbaye du Mont-Saint-Michel.
- Déjeuner ou Pique-nique.
- Moment Spirituel.
- Moments en autonomie.
- Dîner et nuit au **Prieuré du Mont-Saint- Michel.**

- Petit-déjeuner.
- Transfert véhiculé pour une dépose à 25 kms de **Pontmain**.
- 1h30 de vélo pour rejoindre Pontmain.
- Messe dominicale à Pontmain.

Grille tarifaire Groupe 2 à 5 personnes

Nombre de personnes	Prix par personne
2 personnes	3 500 €
3 personnes	2 700 €
4 personnes	2 300 €
5 personnes	2 000 €





Tarifs ALL-INCLUSIVE (repas, hébergement, activités, transport des bagages et des personnes, vidéo souvenir...).



Accompagnement par un prêtre toute la semaine.

Important: le programme peut être adapté ou modifié en concertation avec l'organisateur. Les activités soumises aux conditions météorologiques peuvent également être remplacées ou annulées. Si une annulation est inévitable, un remboursement correspondant au prix de l'activité sera effectué.

Programme B : 6 à 15 personnes

- **Rendez vous** à la messe dominicale à la Cathédrale de **Rouen**.
- Déjeuner léger au restaurant.
- Vélo/Tandem,Bike and Run ou Running en relais.
- Temps spirituel (avec le prêtre accompagnateur à l'Abbaye Le Bec-Hellouin)
- Dîner et nuit au Bec-Hellouin.
- Petit-déjeuner.
- Visite de l'Abbaye Le Bec-Hellouin.
- Temps spirituel.
- Déjeuner ou Pique-nique.
- Vélo/Tandem,Bike and Run ou Running en relais.
- Arrivée à Lisieux Visite & Temps spirituel.
- Dîner et nuit à Lisieux.
- Petit-déjeuner.
- Découverte des plages du débarquement (+ visite du musée).
- Déjeuner.
- Chars à voile.
- Transfert véhiculé vers Valognes ou Bricquebec.
- Moment Spirituel.
- Dîner et nuit à **Valognes** à l'Abbaye Notre-Dame de Protection ou à l'Abbaye Notre-Dame de Grâce à **Bricquebec**.
- Petit-déjeuner.
- Visite de Cherbourg en footing ou en vélo.
- Déjeuner ou Pique-nique.
- Vol découverte en avion 30 min par petit groupe ou randonnée ou activité sur mer.
- Dîner et nuit à **Valognes** à l'Abbaye Notre-Dame de Protection ou à l'Abbaye Notre-Dame de Grâce à **Bricquebec**.

- Petit-déjeuner.
- Vol découverte en avion 30 min par petit groupe ou randonnée ou activité sur mer.
- Déjeuner.
- Transfert véhiculé vers la baie du Mont-Saint-Michel.
- Moment Spirituel.
- Dîner et nuit à l'Etoile de la Mer.

- Petit-déjeuner.
- Visite de Saint-Malo en footing ou en vélo.
- Transfert véhiculé vers **St Jean-le-Thomas**.
- Déjeuner ou Pique-nique.
- Activité kayak.
- Moment Spirituel.
- Dîner et nuit à l'Etoile de la Mer.

- Petit-déjeuner.
- Marche à pied pour rejoindre le Mont-Saint-Michel.
- Visite de l'Abbaye du Mont-Saint-Michel.
- Déjeuner ou Pique-nique.
- Moment Spirituel.
- Moments en autonomie.
- Dîner et nuit au **Prieuré du Mont-Saint- Michel.**

- Petit-déjeuner.
- Transfert véhiculé pour une dépose à 25 kms de **Pontmain**.
- 1h30 de vélo pour rejoindre Pontmain.
- Messe dominicale à Pontmain.

Grille tarifaire Groupe 6 à 15 personnes

Nombre de personnes	Avec ou sans Voilier	Nombre de mini-bus	Prix par personne	
6 personnes	Sans	1	1350€	
6 personnes	Avec	1	2 000 €	
7 personnes	Sans	1	1300€	
7 personnes	Avec	1	1850€	
8 personnes	Sans	2	1500€	
8 personnes	Avec	2	2 000 €	
9 personnes	Sans	2	1450€	
9 personnes	Avec	2	1850€	
10 personnes	Sans	2	1350€	
10 personnes	Avec	2	1750€	
11 personnes	Sans	2	1300€	
12 personnes	Sans	2	1300€	
13 personnes	Sans	2	1 200 €	
14 personnes	Sans	2	1 200 €	
15 personnes	Sans	2	1200€	



Tarifs ALL-INCLUSIVE (repas, hébergement, activités, transport des bagages et des personnes, vidéo souvenir...).



Accompagnement par un prêtre toute la semaine.

Important : le programme peut être adapté ou modifié en concertation avec l'organisateur. Les activités soumises aux conditions météorologiques peuvent également être remplacées ou annulées. Si une annulation est inévitable, un remboursement correspondant au prix de l'activité sera effectué.





