



Les Séjours BRETONS

Randonnée et Marche Tonique à Trégastel

Débutant ou confirmé, venez pratiquer la marche tonique (nordique adaptée) à l'occasion du séjour organisé par l'Union régionale Bretagne à l'intention de ses adhérents. Pendant chacune des 5 journées, vous aurez l'occasion d'effectuer une sortie encadrée par un animateur diplômé. Et si toutefois, vous préférez la randonnée, des sorties seront programmées dans une région qui ne manque pas de circuits.

Centre de Vacances

Perché sur la côte de Granit Rose et situé à seulement 100 mètres de la plage, le Club Belambra «Le Castel Sainte Anne» à Trégastel est un lieu de séjour idéal pour quelques jours de vacances alliant activité sportive et découverte touristique.

Club Belambra "Le Castel Sainte-Anne"
Rue des Calculots BP 47
22730 Trégastel-Plages

GPS Latitude :
48.83052192575564
GPS Longitude :
-3.514777421951294

Programme

Dimanche 12 mai

Arrivée 17h00 - Installation
Dîner et Animation

Lundi 13 mai

Rando ou Marche nordique
Déjeuner
Après-midi libre/Visite
Dîner et Animation

Mardi 14 mai

Rando ou Marche nordique
Déjeuner
Après-midi libre/Visite
Dîner et Animation

Mercredi 15 mai

Sortie Rando ou Marche nordique
à la journée avec pique-nique
Dîner et Animation

Judi 16 mai

Rando ou Marche nordique
Déjeuner
Après-midi libre/Visite
Dîner et Animation

Vendredi 17 mai

Rando ou Marche nordique
Départ après le déjeuner

du 12 au 17 mai 2019

Séjour 6 jours / 5 nuits en pension complète
Capacité : 40 personnes (avec accompagnants)

350 €

CONDITIONS

- Adhérent Générations Mouvement des départements 22, 29 ou 35
- Licence ou attestation de non contre-indication à la pratique de la randonnée ou de la marche nordique, obligatoire
- Arrivée le dimanche à 17h00. Départ le vendredi après le déjeuner
- Hébergement en chambre double. Supplément chambre individuelle 28€/jour
- Inscription avant le 31/01/2019

CE PRIX NE COMPREND PAS

- les excursions et visites éventuelles
- les dépenses à caractère personnel
- la location des bâtons de marche
- l'acheminement à Trégastel

ÉQUIPEMENT MARCHEUR

- Bâtons de marche nordique (possibilité de location 10 € la semaine)
- Pantalon léger en toile ou collant de course, tee-shirts techniques respirant
- Chaussures de randonnée ou de sport avec crampons
- Un petit sac à dos ou une ceinture porte bidon, un coupe-vent, une casquette, une paire de gants, un bonnet, une polaire et une veste imperméable
- Lunettes de soleil et crème solaire

40 places

Belambra
clubs

Visite virtuelle sur :
<http://www.belambra.fr/club-tregastel-le-castel-sainte-anne/ete>

