

STAGE DÉCOUVERTE DE LA PRESQU'ÎLE DE CROZON ET SES ALENTOURS À TRAVERS DES RANDONNÉES , DU KAYAK, DU CHAR À VOILE, DE L'AVIRON

NIVEAU FACILE À MOYEN

DU 14 AU 20 JUIN 2025

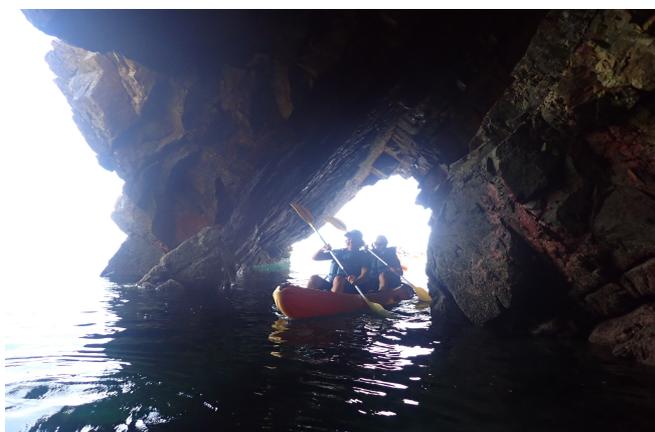
(9 PLACES) Le Finistère et le gîte Ty Bihan et Rezkibilou sont une destination idéale pour lier sport et découverte. Le gîte est situé à Kervezennec sur le GR 34, le fameux sentier des douaniers. Vous pourrez admirer la vallée de l'Aulne depuis le jardin, découvrir, la côte de légende, la presqu'île chargée d'histoire et quelques phares et forts de la Rade de Brest.



HÉBERGEMENT EN GÎTE

Chambres partagées de 2 à 3 personnes. Pour couple en chambre de deux.

Restauration : Les petits-déjeuners et les repas du soir sont préparés par nos hôtes avec des produits



locaux et dans la mesure du possible bio.

**AU PROGRAMME
CHAQUE JOUR:**

- 1 séance de « réveil musculaire » le matin et d'« étirements » ou de « renforcement musculaire » en fonction du programme de la journée, en soirée.
- Randonnée de 9 à 12 km sur la presqu'île de Crozon et alentours .
- Découverte des grottes de Morgat et du fort de Berthaume en Kayak et aviron (niveau découverte et facile) .
Découverte du char à voile (remplacée par du « longe côte » si conditions météo insuffisante.
- Activités encadrées par des structures diplômées d'état.

Prix :900 euros

Acompte :250 euros représentant les frais fixes du stage (non remboursable sauf annulation de ma part.) sont à verser à l'inscription

Le stage étant calculé au prix le plus juste.

En cas de modification, annulation par le participant pour cause de maladie, accident, décès , événement aléatoire, indépendant de la volonté, imprévisible et justifiable sera retenu les frais fixes sur la somme totale du stage.

Le prix comprend :

- Pension complète les jours 2/3/4/5 ,en demi pension les jours 1 et 7 (repas de midi non compris).
- Draps et linge de toilette fournis.
- 2 séances de gym par jour (tapis fournis)
- les visites annoncées au programme (à dates flexibles suivant la météo).
- location et déplacements en voiture .

Le prix ne comprend pas :Les places d'avion à cette époque sont rapidement prises. Il faut vous décider rapidement !

- le voyage en avion Genève/Nantes

Easy jet. Aller : départ Genève 6h20 arrivée à Nantes .

Retour : départ Nantes 20h50 arrivée Genève .

-Ou tout autre moyen de transport jusqu'au lieu du stage.

-les boissons

- l'assurance personnelle et RC

-

FORMULAIRE D'INSCRIPTION

A renvoyez par mail à veroperrot@free.fr

Nom :

Prénom :

Adresse mail :

Téléphone :

Chambre avec lit double : oui/non

Les autres chambres sont équipées de lits simples par 2 ou 4.

Pour tous renseignements : 06 30 68 66 33

STAGE DU 14 AU 20 JUIN 2024

AU PROGRAMME

Attention ce programme est indicatif et peut varier en fonction de conditions météorologiques et de la disponibilité des prestataires.

Chaque jour, une séance de « réveil musculaire » le matin et en soirée d'« étirements » ou de « renforcement musculaire » en fonction du programme de la journée,. Séances proposées par Véronique et facultative.

Jour 1 (samedi 14) : Arrivée à l'aéroport de Nantes et prise des véhicules de location. Visite de Locronan (village de caractère) . Arrivée au gîte vers 17h. Installation. Pot d'accueil.

Jour 2 (dimanche 15) : Randonnée sur la presqu'île de Crozon. Tour de Camaret/ pointe de Pen Hir (12,5km).

Jour 3 (lundi 16) : Char à voile ou longe côte sur la plage de Telgruc puis randonnée de 11 km de la plage de Trez Bellec en passant par la pointe du Guern .

Jour 4(mardi 17) :Randonnée pointe du raz depuis la pointe du van (boucle de 14km)

Jour 5 (mercredi 18):Morgat: Rando vers l'anse de l'île vierge et site mégalithique de Ty ar c'huré (9km). Kayak de mer vers les grottes ou l'île vierge., visite libre de Morgat.

Jour 6 (jeudi 19) : Aviron vers le fort de Berthaume . Randonnée : autour de la pointe du petit minou.

Jour 7 (vendredi 20) : Départ du gîte. Visite Auray et Vannes. Retour aéroport.