



STAGE MULTIMARCHES

LE LAVANDOU – 83-
Du 15 AU 17 Juin 2018

Avec notre partenaire



Activ' Nordic EVasion

Votre hébergement : Villages sport passion « La Grande Bastide » - Le Lavandou

(Descriptif [ici](#))

Effectif maxi du stage : 20 personnes

Et votre coach

Denis



Votre programme tonique et convivial :

Vendredi 15 Juin :

Accueil par votre coach Denis toute notre équipe à 17h00 au village sport passion « La Grande Bastide » du Lavandou
Installation dans votre chambre.

18h/19h : Une première séance de « bungy pump » (+ d'info [ici](#))

Apéritif de bienvenue, dîner, soirée conviviale et nuit.

Samedi 16 Juin :

Denis vous attend pour un réveil musculaire avant le petit-déjeuner, puis petit-déjeuner.

Départ pour une séquence de Marche Nordique et de Marche Nordique en mer

Retour au village-club pour le déjeuner

Poursuite de votre programme avec une initiation à la marche aquatique assortie d'une nouvelle séance de « bungy pump ».

Séance de récupération et de relaxation.

Temps libre puis dîner, soirée conviviale et nuit.

Dimanche 17 Juin :

Denis est toujours là pour vous proposer un nouveau réveil musculaire avant le petit-déjeuner, puis petit-déjeuner.

1 séance de Marche Nordique en mer et 1 séance de Bungy Pump

Déjeuner au village-club

Une dernière séquence de Marche Nordique et il sera temps, vers 16H30, de préparer votre départ non sans oublié de dire au revoir à Denis ! Mais vous n'aurez qu'une envie, celle de revenir !

Fin de nos prestations.

Le programme pourra être modifié en fonction de la météo, température de la mer etc.

► Prix par personne base chambre double : 170.00 € ◀

Notre prix comprend :

Votre hébergement base chambre double (sanitaires complets dans votre chambre, linge de nuit et linge de toilette inclus), la pension complète (vin et eau inclus + café aux déjeuners) du dîner du Vendredi au déjeuner du Dimanche, un apéritif de bienvenue, votre stage complet avec votre animateur-formateur Marche Nordique avec toutes les séances mentionnées au programme, la mise à disposition d'une paire de bâtons « bungy pump » (attention, les bâtons traditionnels ne sont pas fournis, prière de venir avec les vôtres). Les assurances assistance rapatriement ainsi que la taxe de séjours sont incluses également.

Supplément éventuel : La chambre individuelle 36.00 €/ pers / Séjour

En option : La garantie annulation +3% du montant de votre séjour.

Boutique : 68 avenue de Toulon 13006 Marseille - Tel : 04 91 29 79 41 - Email : contact@villages-sport-passion.com
www.villages-sport-passion.com