



AGDE

Séjour de Marche Nordique et de Longe-côte

4 Jours / 3 nuits du 21 au 24 mai 2024

Limité à 28 participants

pratiquant régulièrement la marche nordique et/ou le longe-côte (loisir/tonic/sport)

Programme :

Jour 1

Matin : Départ de Fréjus pour arriver à 11h30 au VTF

À l'arrivée : Marche nordique pour tous et pique-nique sur chemin du Mont saint Loup (IBP bleu 46, 9km +173 m)

Jour 2

Longe-côte : Matin séance : loisir, tonic ou sport

Repas VTF - relax et à 16h séance longe-côte avec les « nordiques »

Marche nordique : Matin départ 8h30 avec pique-nique pour Frontignan (IBP orange 66 : 14 km +280m). Retour VTF vers 15h et séance longe-côte pour les intéressés vers 16h.

Jour 3

Longe-côte : Matin séance : loisir, tonic ou sport

Repas VTF - relax et à 16h séance longe-côte avec les « nordiques »

Marche nordique : Matin départ 8h30 avec pique-nique pour Saint-Guilhem-le-désert. (IBP rouge 85 : 14km +410m) ensuite visite du village. Retour au VTF vers 16h.

Jour 4

Matin : Longe-côte pour tous

Après-midi : Agde - Fréjus (après le déjeuner au VTF)

Les randonnées de marche nordique seront encadrées par Maryse, le longe-côte par Alain et Daniel, animateurs du REV.

RANDONNEURS DE L'EST VAROIS

Siège Social : Maison des associations 213 rue de la soleillette 83700 SAINT-RAPHAËL
Association affiliée à la FFRP sous le n°04584 Agrément Jeunesse et sports n° 08309.ET.012
Agrément Tourisme de la FFRP n° IM 075700382



Hébergement : VTF - Le domaine d'AGDE

Entre les plages de sable fin de la Méditerranée et l'étang de Thau, à 2 pas du Cap d'Agde, le village de vacances est implanté sur un domaine arboré de 3,5 ha et vous ouvre les portes d'une région entre balnéaire, culture et nature.

Est inclus :

- L'hébergement en chambre double avec sanitaire complet (*lits faits et linge de toilette fourni à l'arrivée*)
- L'apéritif de bienvenue
- La pension complète (*boisson à table - vin & eau et café aux déjeuners*), du dîner du 1^{er} jour au déjeuner du jour de départ
- Un dîner régional au cours de votre séjour
- Les animations de soirées
- L'accès à la piscine extérieure chauffée, au sauna et au spa.

Prix du séjour par personne : 265 €*

Ce tarif comprend l'assurance « Assistance Annulation et Rapatriement » pour un montant de 11€

Le covoiturage (non inclus) est estimé à 72 € par personne (sur une base de 0.35€ du km et de 4 par voiture) pour l'aller-retour Fréjus- Agde.

Sur place les kilomètres parcourus pour les déplacements seront à payer au chauffeur avec lequel vous vous organiserez pour vous déplacer et viendront en supplément du coût du covoiturage annoncé ci-dessus. Attention pour que ce séjour se fasse, il faudra suffisamment de voitures pour transporter tous les participants par groupe de 4 au départ de FREJUS.

Inscription : obligatoire par SMS auprès de Alain Canavesio (06 85 65 76 20) afin de vérifier les disponibilités et de préciser si vous prenez votre véhicule pour covoiturer.

Règlement :

- Par 2 chèques à l'ordre du REV83 (135€ encaissé dès l'inscription + 130€ encaissé le 15/03/2024) à envoyer ou à déposer lors de la réunion mensuelle du 16 novembre 2023 à la Maison des associations 213 rue de la soleillette 83700 St Raphaël.
- Par carte bancaire via la plate-forme de paiement HELLOASSO : une CB pour l'inscription et une autre au 15/03/2024 en cliquant sur ce lien : [HelloAsso](#).

*** ATTENTION : En cas d'annulation (maladie, accident, etc.) une franchise pourra être appliquée et le montant de l'assurance annulation (11€) ne sera pas remboursé.**