



PRESQU'ÎLE DE GIENS

Séjour Longe-Côte

4 Jours / 3 nuits du 18 au 21 mai 2025

Limité à 32 participants

Qui pratiquent régulièrement le longe-côte (loisir/tonic/sport)

Programme :

Jour 1

Matin : Départ de Fréjus pour arriver vers 10h à la plage de l'ALMANARRE
À l'arrivée : Longe-côte puis Pique-nique sorti du sac
Après-midi : Longe-côte
Installation au MILEADE à Carqueiranne vers 17h

Jour 2 :

Longe-côte : Matin et après- midi, séance : loisir, tonic ou sport
Repas au MILEADE

Jour 3

Longe-côte : Matin et après-midi, séance : loisir, tonic ou sport
Repas au MILEADE

Jour 4

Matin : Longe-côte
Pique-nique (non compris)
Après-midi : Longe-côte puis retour vers Fréjus

Les activités seront encadrées par les animateurs du REV : ALAIN et FRANCOISE

Nos terrains de jeux :



Plage de l'ALMANARRE



Plage de l'AYGUADE

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 : MILEADE Village-club de CARQUEIRANNE

A 8 km de Hyères dans la région des Iles d'or, le Village Club MILEADE de Carqueiranne, dans son parc de 5 hectares, vous offre un magnifique panorama, surplombant la presqu'île de Giens.

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 petit déjeuner du jour de départ
- Les animations de soirées
- L'accès à la piscine extérieure chauffée, au couloir de nage et au bain à remous.

Prix du séjour par personne : 290 €*

Ce tarif comprend l'assurance groupe indissociable « Assistance Annulation et Rapatriement »

Le covoiturage (non inclus) est estimé à 25 € par personne (sur une base de 0.35€ du km et de 4 par voiture) pour l'aller-retour Fréjus-Carqueiranne.

Sur place les kilomètres parcourus pour les déplacements seront à payer au chauffeur avec lequel vous vous déplacerez 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 Fréjus et un nombre minimum de 20 participants.

Inscription : obligatoire uniquement par SMS le 07 décembre 2025 à partir de 19h auprès de Jean-Claude GALMICHE (07 81 16 92 30) afin de vérifier les disponibilités et de préciser si vous prenez votre véhicule pour covoiturer.

Priorité sera donnée aux personnes n'ayant jamais participé à un séjour longe côte.

Règlement :

- Par 2 chèques à l'ordre du REV83 : 150 € encaissé dès l'inscription + 140 € encaissé le 15/03/2026) à envoyer ou à déposer à la Maison des Associations 213 rue de la Soleillette 83700 St Raphaël une fois votre inscription validée.
- Par carte bancaire via la plate-forme de paiement HELLOASSO : une CB pour l'inscription et une autre au 15/03/2026 (voir lien sur le site du club).

*** ATTENTION : En cas d'annulation (maladie, accident, etc.) une franchise pourra être appliquée et le montant de l'assurance annulation (10€) ne sera pas remboursé.**