



Week-End Marche Nordique

25 au 27 avril 2014



- **Lieu** : Saint-Lary Soulan – Vallée d'Aure (65)
- **Nombre de participants** : le week-end est garanti à partir de 5 personnes. Le groupe est limité à 15 participants.
- **Rendez-vous** : le vendredi 25 avril 2014, au centre d'altitude de la Charente à Saint-Lary Soulan. (Horaires d'arrivée à voir avec le Centre d'hébergement)
- **La dispersion** : le dimanche après-midi aux alentours de 15h30
- **Portage** : Affaires légères de la journée.
- **Niveau** : Découverte.
- **Hébergement** : centre de vacances avec restauration.
- **Encadrement** : il est assuré par un accompagnateur en montagne diplômé et instructeur marche nordique OTOP®.
- **Programme** : se renseigner.
- **A prévoir** : une paire de chaussures tige basse de type trail ou running, vêtements légers et confortables ainsi qu'une tenue adaptée aux conditions météo du moment (froid, vent, pluie), gants, lunettes de soleil, crème de protection solaire, affaires de toilette, une ceinture porte-gourde ou de préférence un petit sac à dos léger.
- **Les plus** : Découverte de la marche nordique dans un environnement montagnard.
- **Prix** : 115€/pers. Il comprend l'hébergement en pension complète à partir du vendredi soir jusqu'au dimanche après-midi, les en-cas pendant les sorties, l'encadrement, le prêt des bâtons marche nordique. Il ne comprend pas les boissons en dehors des repas, les dépenses personnelles, les déplacements sur place même si un système de covoiturage peut-être mis en place.

Renseignements et inscriptions :

Laurent RICHARD Accompagnateur en montagne
06.17.49.32.72 - 05.62.39.18.10

E-mail : laurentrichard.aem@hotmail.fr site web : www.unbrindevasion-pyrenees.com



Et pour l'hébergement :

Centre d'Altitude de la Charente
05.62.39.41.52

E-mail : centre.charente@wanadoo.fr site web : www.centre-charente.fr



Laurent RICHARD
Accompagnateur en montagne
5 impasse Gertoux
65240 GUCHEN

N° siret : 519 726 772 000 14
Code APE : 9319Z
RC Professionnelle S.N.A.M :
Contrat n° 105 630 300

06.17.49.32.72 - 05.62.39.18.10
laurentrichard.aem@hotmail.fr
unbrindevasion-pyrenees.com