

Inscription



Pour toutes demandes d'inscription merci de nous contacter (coordonnées ci-dessous).

A chaque demande nous vous envoyons le dossier complet d'inscription au stage avec toutes les informations complémentaires.

Nous Contacter :

Manon MOTTIN
ou
Gérald GILLETTE

04.50.52.30.02
ufolep74@fol74.org

Ufolep Haute-Savoie

3 avenue de la plaine
BP 340
74008 Annecy Cedex

04.50.52.30.02
ufolep74@fol74.org



Bretagne Sud

presqu'île de Guérande

5 jours pour garder MA forme

Du lundi 28 septembre 2015
au vendredi 2 octobre 2015

Pour qui ?

Vous êtes un retraité actif et vous voulez le rester. Vous souhaitez vous remettre au sport, en forme ou tout simplement vous faire plaisir, notre séjour est pour vous.



Du 28 septembre au 2 octobre 2015,
vous bénéficierez d'un encadrement sportif qualifié
et d'un suivi individualisé
le tout dans une ambiance très conviviale.

Nous vous proposons également un suivi post séjour afin de vous aider à trouver des activités qui correspondent à vos envies et besoins.



L'hébergement



Remarque : Le programme et les activités sont susceptibles d'être modifiés suivant les conditions météorologiques.

Le centre du Razay se situe à Saint-Sébastien, village de caractère ayant gardé les traces de son passé et près de La Turballe, quatrième port de pêche français.

Il est au cœur de la presqu'île guérandaise, entre terre et mer : l'Océan Atlantique, le Pays Blanc (les marais salants), et le Pays Noir (marais de Brière). .

Le plus:

Le centre est situé à 800 mètres de la plage, dans un parc d'environ cinq hectares

Des activités de proximité: piscine municipale accolée au centre, piste cyclable à deux pas, sentier de randonnée, ...



Activités au programme

Gym Douce / Gym d'Entretien,

Marche Nordique,

Vélo,

Activités Nautiques (en mer ou dans les terres),

Activités sportives aquatiques (Longe-Côte, Centre aquatique du Pays Blanc),

Course d'Orientation,

Pêche à Pied,

Visites Culturelles (marais salants de Guérande, port de la Turballe, marais de Brière, dégustation de produits locaux, ...),

Soirée Débat

Tarifs

PRIX PUBLIC : 350 €

320 € pour les adhérents de l'Ufolep et de l'USEP 74.

Ce tarif comprend : l'hébergement en pension complète pour 5 jours et 4 nuits, l'ensemble des activités proposées, les déplacements depuis le centre, le prêt de matériel (vélo, bâtons de marche nordique, combinaisons, ...).

Ce tarif ne comprend pas l'acheminement jusqu'au centre ni le retour après le séjour.

Cependant l'Ufolep 74 vous propose un voyage groupé depuis la Haute-Savoie (Annecy), pour un coût d'environ 130€, merci de nous contacter pour toutes demandes d'informations.