

## « Évasion sportive ».

du 1<sup>er</sup> au 8/7/2023

180€/personne  
(hors hébergement)



Les côtes Landaises... Ses immenses plages, ses dunes imposantes, ses vagues impressionnantes et ses spots de Surf mondialement reconnus ! Et tellement de superbes paysages et activités à découvrir, des activités à la portée de tous, des moments de convivialité, de plaisir et de détente... Venez découvrir une facette différente des Landes !

### SAMEDI

**A partir de 17h00** : accueil et installation dans les logements

### DIMANCHE

**12h00** : pot d'accueil

### LUNDI

**14h00—16h30** : randonnée à vélo, prise en main des vélos mécaniques, puis direction les pistes cyclables pour découvrir Seignosse, Hossegor et Capbreton.

*Découverte des forêts landaises, ses pins, ses couleurs et ses odeurs si agréables.*

### MARDI

**16h00—18h00** : initiation paddle sur le lac d'Hossegor *Né des divagations d'un fleuve capricieux rendu célèbre par les écrivains, le lac d'Hossegor est l'un des joyaux de la côte d'argent. Profitez de ce lac marin pour pratiquer sans houle le paddle.*

### MERCREDI

**14h00—17h00** : balade en kayak sur le courant du Lac de Soustons. *Classé Natura 2000, cadre naturel unique, situé à cheval sur Soustons Plage et Vieux- Boucau, il s'étend entre dunes de sable et forêts de pins, il permet de se baigner ou de profiter d'activités aquatiques sans vagues.*

### JEUDI

**15h00** : séance d'aquagym d'1 h et accès à l'espace aquatique aux thermes de Saubusse  
*Vous profiterez de l'eau thermale à 39° en provenance de la source Raja, une eau chlorurée sodique reconnue efficace pour la peau*

### VENDREDI

**14h00** : balade à cheval entre océan et forêt,  
*Situé à Capbreton au cœur de la forêt landaise, le centre équestre vous propose des promenades encadrées dans une ambiance décontractée et conviviale au milieu d'un cadre idyllique*

### SAMEDI

**10h00** : départ de la résidence

## A SAVOIR

### Le tarif comprend :

- ◆ La location de vélo
  - ◆ L'initiation au paddle + matériel et équipement
  - ◆ L'activité kayak + matériel
  - ◆ La balade à cheval + matériel
  - ◆ L'entrée aux thermes de Saubusse + séance d'aquagym
- Les activités vélo et paddle sont encadrées par des animateurs « Brevet d'Etat »

**Il ne comprend pas** : l'hébergement, les repas et boissons la taxe de séjour, les suppléments non mentionnés au programme, les dépenses d'ordre personnel, le transport pour se rendre sur le stage.

**Minimum de 6 participants**

Je m'inscris