



Aubusson-d'Auvergne (63) / Auvergne



FRANCE



Organisé par le centre cyclotouriste « Les 4 vents »



Mini : 40 / Maxi : 60



Acompte 74 € à l'ordre de « CC 4 Vents »



Kilomètres/jour : 40 à 120



Dénivelé : 450 à 1 800 m



Au choix en chambres de 2, en dortoirs, ou sur le camping

(*) • Prix par personne comprenant : hébergement en chambre de 2 pers. avec salle d'eau privative (lavabo, douche et WC), tous les repas (avec ¼ de vin et café inclus) depuis le dîner de J1 au petit-déjeuner de J6 (repas en option pour les formules en camping), encadrement des activités vélo, marche, renforcement musculaire, stretching et assouplissement.

• Ne comprend pas : l'entretien quotidien des chambres, la location éventuelle de matériel, les visites, les assurances, les taxes de séjour.

• Supplément chambre individuelle : 84 €.

26 avril au 1^{er} mai



Les 4 Vents

299 €
6 jours - 5 nuits

Séjour rando
et vitalité

Chaque jour, un programme d'activités tout en douceur et dans la convivialité : randonnées à vélo, randonnées pédestres, découverte de la marche nordique, activités de gym douce et de gym tonique, stretching et assouplissements.

En soirées quelques interventions pour évoquer les fondamentaux de l'entraînement, de la diététique.

Et puis aussi de l'animation, des jeux et une franche rigolade !

Contact :

Centre cyclotouriste « Les 4 vents » • 63120 Aubusson-d'Auvergne

• Tél. : 04 73 53 16 94 ou 09 65 25 55 22 • 4vents@ffct.org • www.ffct.org