



BRETAGNE AVENTURE

SEPTEMBRE 2019

BRETAGNE AVENTURE

Bernard MOULIN

Tel: **06 80 32 10 35**

Email: bretagne.aventure@orange.fr Blog1: kayakmer.canalblog.com Blog 2 sportezvousbien.canalblog.com

SEPTEMBRE 2019	ACTIVITES	LIEU	DEPART
Mercredi 11	Conférence Sport et vieillissement	Auditorium	18H Place de l'enfer Douarnenez
Jeudi 12	Kayak - coucher de soleil	Baie de Douarnenez	18H Port du Rosmeur
Samedi 14	Initiation KAYAK	Baie de Douarnenez	14H Port du Rosmeur
Dimanche 15	Randonnée KAYAK	Réserve du Cap Sizun	9H Port du Rosmeur
Mercredi 18	Kayak - coucher de soleil	Baie de Douarnenez	18H Port du Rosmeur
Samedi 21	Initiation KAYAK	Baie de Douarnenez	14H Port du Rosmeur
Dimanche 22	Randonnée KAYAK - phoques	Les Etocs- Penmarch	9H Port du Rosmeur
Mercredi 25	Kayak - coucher de soleil	Baie de Douarnenez	18H Port du Rosmeur
Samedi 28	Initiation KAYAK	Baie de Douarnenez	14H Port du Rosmeur
Dimanche 29	Randonnée KAYAK	Pays Bigouden	9H Port du Rosmeur

⇒ Afin d'organiser les activités (transport, matériel) inscrivez-vous la veille au plus tard
En fonction des conditions météo, les sorties en mer pourront être déplacées sur un autre lieu ou reportées.
Hors programme, Bretagne aventure s'adapte à vos demandes.

Kayak de mer

- **Initiation:**
- **Randonnée du bord de terre** (voir programme mensuel ou programme personnalisé à la demande)
- **Essai de matériel** (à la demande)
- **Techniques de sécurité** (Esquimautage, passage de vagues, etc)

Sport - santé - nature

- **Marche:** programme personnalisé, avec ou sans bâtons, au pas de l'âne...
- **Sans tabac et sans regret:** programme personnalisé

Photo du mois:

Elle est pas belle la vie?

