

COURS DE SKI de FOND SORTIES RAQUETTES

**Marche nordique
(en cas d'absence de neige)**

✦ LE BESSAT ✦

COURS INDIVIDUELS à partir du 15 décembre

☐ Ski de fond classique, skating, raquettes ou marche nordique : activité sans neige, complète, dynamique avec bâtons spécifiques (également possibilité de cours de yoga).
 ☐ Initiation, perfectionnement.
 ☐ Adultes, enfants
 {valable pour 1 à 3 pers}

Tarifs : 33€ /l'heure

RDV à fixer avec le moniteur.

saison hiver 2008-2009



Professionnels diplômés d'Etat :
 Brevet d'Etat ski de fond et
 Accompagnateur moyenne montagne

INFORMATIONS et RESERVATIONS :
Amélie Laurendon

☎ 06.81.57.38.08

**Nouveau !
Sport et détente**



COURS COLLECTIFS à partir du 10 janvier

☐ cours collectifs skating débutants : 1h40
 Tous les samedis de 9h20 à 11h
 ☐ cours collectifs skating perfectionnement : 1h40
 Tous les dimanches de 9h20 à 11h
 ☐ cours collectifs ski de fond enfants (5 à 10 ans) : 1h30
 Tous les dimanches de 11h15 à 12h45

Tarifs : 10 € par pers.

RDV chez CAP OXYGENE au parking du Tremplin
 {marche nordique en cas d'absence de neige}

SORTIES RAQUETTES à partir du 10 janvier

2 heures de balade conviviale et familiale en dehors des sentiers. Découverte de la faune et de la flore du Haut Pilat. A partir de 6 ans.
 Une boisson chaude offerte pendant la sortie.
 ☐ Tous les Samedis et Dimanches de 14h30 à 16h30

Tarifs : 8 € par adulte
 5 € par enfant

RDV chez CAP OXYGENE au parking du Tremplin
 {randonnée pédestre en cas d'absence de neige}

A partir du 2 janvier
Parking du Tremplin au Bessat

FORMULE « SPORT et DETENTE » à partir du 10 janvier

1 cours collectif ou une sortie raquettes au choix
 + balnéo'bois « 45 mn » chez CAP OXYGENE

Tarifs : 20 € par personne.

SUR RESERVATION

{Les tarifs ne comprennent pas la location du matériel}