

Programme été du 1er juillet au 31 août 2010.

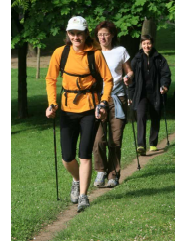
Pause « Marche nordique »

☼ Initiation à la marche nordique avec bâtons spécifiques. Boisson offerte à l'arrivée.
Echauffement ; marche dynamique et ludique puis étirements .

Dimanche 18 juillet de 10h à 12h

Dimanche 1^{er} et 22 août de 10h à 12h

Tarif : 🐾 10 € par pers. la séance (Prêt des bâtons compris)



Animation « le Bessat d'autrefois »

☼ Découverte accompagnée et insolite du village du Bessat sous forme de jeu de piste.

Dimanche 1^{er} et 22 août de 15h00 à 17h00

Pour les plus petits comme les plus grands à partir de 5 ans.

Tarifs : 8 € par adulte - 5 € par enfant*



Pause « soirée Astronomie »

☼ Balnéo'bois découverte « 1h » + repas « menu terroir » dans la yourte + randonnée pédestre sous les étoiles
Vendredi 16 juillet et mercredi 4 août de 17h30 à 23h00.

Pour adultes et enfants à partir de 5 ans.

Nombre de personnes limité .

Tarifs : 35 € pour les adultes.

25 € pour les enfants*

Tout compris

☼ Uniquement randonnée pédestre « accompagnée » sous les étoiles.

Vendredi 16 juillet et mercredi 4 août de 21h15 à 23h00.

Pour adultes et enfants à partir de 5 ans.

Nombre de personnes limité . Réservation obligatoire

Tarifs : 8 € pour les adultes.

5 € pour les enfants*

Pause « ENFANTS » de 5 à 12 ans.

☼ Après-midi « jeux olympiques » pour les enfants de 5 à 12 ans :

Initiation course orientation, sarbacane, biathlon... Petits défis rigolos...

Collation offerte au chalet.

Vendredi 30 juillet et 13 août de 14h00 à 17h Tarifs : 15 € par enfant tout compris.

Accompagné par un moniteur breveté d'Etat, agréé éducation nationale et jeunesse et sport.

🚲 « Parcours descendant VTT au fil de l'eau » en famille

Possibilité de pique-nique tiré du sac au chalet. Café offert..

13h30 à 16h : Parcours descendant accompagné en VTT du Bessat à Rochetaillée.

16h30 : Collation et retour sur le Bessat en bus.

Pour adultes et enfants à partir de 8 ans .

Mercredi 11 et 25 août

Minimum 6 pers. et max. 16 pers.

collation et retour en bus compris.

Option location des VTT : + 9€ par pers.

Tarifs : 16 € par adulte.

10€ pour les enfants*



Séjours « équilibre »

26-27-28 août 2010

Stage de 1 à 3 journées ayant pour thème principal de retrouver son « équilibre intérieur ».

- 🏔️ S'oxygéner à 1200m d'altitude en marche nordique,
- 🧘 évacuer son stress et se ressourcer grâce au yoga
- ★ se détendre dans nos bains chauds et sous une véritable yourte mongole.

Tarifs : 190€ les 3 jours ou 90€ la journée au choix.

Nous contacter pour avoir le programme du séjour. Autres dates l'automne 2010

Minimum 5 pers. et max. 12 pers. Pour adultes.

BALNEO'BOIS

Tous les jours sur RDV

En plein air dans un écrin de verdure, balnéo conçue et chauffée au bois.
Bain d'eau chaude, bain de vapeur, espace de détente et de repos sous une yourte mongole.
Salon de thé, boutique nature et bien-être.
Pour adultes et enfants à partir de 5 ans



🌿 Balnéo'détente

Tarifs : A partir 15 € par pers.

Soins relaxants californiens

Tous les jours sur RDV

Détente corporelle. Soin relaxant aux huiles végétales et huiles essentielles d'origine biologiques.

🌿 Tarifs : A partir de 32€ les 30mn et 54€ une heure.

Forfait balnéo'bois 2h + soin relaxant : 48€ par pers.



Chèques vacances acceptés.

**Tarifs enfants valables de 5 à 12 ans.*

🏠 Possibilité de profiter d'un week-end complet en passant une nuit au Bessat.

Gîtes, hôtels, hébergements de groupe ...N'hésitez pas à nous demander des informations.

Pour toutes nos activités

RDV chez CAP OXYGENE, parking du Tremplin au Bessat

Toutes nos sorties et formules peuvent être proposées à la carte en dehors de ces dates.

RESERVATION au 06.81.57.38.08 www.capoxygene.com