

LONGE CÔTES

SAMEDI 6
JUILLET 2024

Sortie exceptionnelle de MARCHÉ NORDIQUE en bord de mer !



Au programme, à Colleville sur Mer, balade en longue côtes le matin.



Et l'après-midi, marche nordique dans le bocage normand puis sur la longue plage d'Omaha Beach. En fin de journée, visite du cimetière américain.

Le longes côtes, c'est le versant marin de la marche nordique mais sans les bâtons et dans la mer.



Une activité très sympa, ouverte à tous et au combien dépaysante.

Vous serez encadré par **Eolia Normandie**, le pionnier du longes côtes en Normandie. Et Rodolphe, votre fidèle coach, vous accompagnera tout au long de cette journée.

Rendez-vous à 9h devant le centre nautique Eolia à Colleville / Fin journée vers 17h.

Prévoir tenue adaptée aux conditions météo du jour, un change éventuel, ses affaires de bain, de quoi s'hydrater... et son pique-nique.

Sortie ouverte à tous dès 10 ans.

Important : le coût spécifique de l'activité longes côtes de 15 € est à régler sur place (encadrement + combinaison intégrale)

Au retour, Rodolphe proposera de dîner sur Rouen dans un très bon restaurant Afghan



<https://www.eolia-normandie.com/>

INSCRIPTION AVANT LE 4 JUILLET 2024 SUR : WWW.ESRENAULT.FR

Infos section, adhésion : marc.plazanet@renault.com

Contenu sortie : jacottinrodolphe@gmail.com



ententesportive
RENAULT