

L'association la Montagne

organise sa

# JOURNÉE PORTE OUVERTE

À la base de voile de Villegusien

A partir de 14h



Rendez-vous à partir de 20h pour la

# RANDO VTT SEMI-NOCTURNE

2 PARCOURS



- Départ groupé à 20h30
- Ravitaillement exceptionnel au milieu des bois !
- Éclairage et casque obligatoire non fourni
- Un parcours familial accessible à tous (9km)
- Un parcours sportif (22km)
- Tarif 8€ réservation avant 19 mai  
10€ après le 19 mai et sur place

S  
A  
M  
E  
D  
I  
26

M  
A  
I

## Horaires des activités / Activités au choix gratuites

Horaires/ Activités	14h15- 15h	15h 15- 16h	16h 15- 17h	17h 15- 18h	Dès 20h
Planche à voile					
Catamaran					
Canoë- Kayak					
Bateau collectif					
Danse Zumba					
Tir à l'arc					
Baby Gym					
Marche Nordique					
Cardio Boxe					
Step					
Parcours de motricité (30min)					
Mini-Tennis					
Badminton					
GRS					
Rando VTT					



Toutes les activités sont gratuites (hors rando VTT)

L'inscription sur place au préalable est obligatoire. Ouverture à partir de 13h45

## Inscriptions rando, Renseignements, Accès

Renvoyer à l'association la montagne à l'adresse ci-dessous :

Votre nom, prénom, adresse mail avec le règlement

Avant le samedi 19 mai : 8€ / Après le 19 mai et sur place : 10€

## ASSOCIATION LA MONTAGNE

Bâtiment Péri-scolaire 52250 LONGEAU

Tel : 03.25.87.16.72 / 06-87-44-24-07 / Mail : [la-montagne.voile@orange.fr](mailto:la-montagne.voile@orange.fr)



**Base nautique**