



CORSE

Programme jour par jour

Club Belambra de Lozari

Samedi

● MATINEE

LIBRE OU ENCORE EN TRANSIT

● APRES-MIDI

● 15h00 – 17h00

RDV ACCUEIL POUR RECUPERATION :

- DES BUNGALOWS,
- DES TEE-SHIRTS (contre chèque à l'ordre de « Evasion-athlé » ou espèce),
- DES PAIRES DE BÂTONS MARCHE NORDIQUE

● 18h00

PRESENTATION DU SEJOUR (chapiteau)
&
POT D'ACCUEIL

DIMANCHE

● 9h00

STRETCHING
DOUX

FOOTING

PILATES

INITIATION
MARCHE
NORDIQUE

● 10h00

STRETCHING
DOUX

FRISBEE
ULTIMATE

PILATES

● 11h

FELDENKRAIS

PRESENTATION CLUBS ENFANTS,
ADO ET DES ACTIVITES DU
BELAMBRA

● 14h00

MARCHE NORDIQUE

● 18h00

FELDENKRAIS

STRETCHING

● 19h00

APERO DES REGIONS

LUNDI

● 9h00

PILATES

FELDENKRAIS

REVEIL
MUSCULAIRE

TRAIL

● 10h00

PILATES

FELDENKRAIS

PETANQUE

WAFF
MEDIUM

● 11h00

WAFF
MEDIUM

WAFF
PETIT

● 13h30

MARCHE NORDIQUE

● 18h00

WAFF
MEDIUM

STRETCHING

WAFF
PETIT

MARDI

● 9h00

MARCHE NORDIQUE
GIROLATA

Puis

Visite libre de porto au sud, Galéria au nord...

● 18h00

STRETCHING

MERCREDI

● 7h30

FOOTING
A JEUN

MARCHE
A JEUN

● 9h00

STRETCHING
DOUX

WAFF
MEDIUM

ORIENTATION
MARCHE
NORDIQUE
(centre Belambra)

REVEIL
MUSCULAIRE

● 10h00

STRETCHING
DOUX

WAFF
MEDIUM

APRES-MIDI LIBRE

JEUDI

● 9h00

FELDENKRAIS

PILATES

MARCHE
NORDIQUE
(Fit)

TRAIL

● 10h00

STRETCHING
DOUX

PILATES

MARCHE
NORDIQUE
(Fit)

ATHLEFORM

10h00
TOURNOI DE TENNIS DE TABLE

● 11h00

WAFF
MEDIUM

● 13h30

MARCHE NORDIQUE

● 18h00

STRETCH

VENDREDI

● 9h00

SORTIE A LA JOURNEE
SAINT FLORENT

● 19h00

POT DE FIN DE SEJOUR

● 21h00

SOIREE MAGIE

● 22h00

AFTER.....