



# 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

PILATES

FRISBEE  
ULTIMATE

PRESENTATION CLUBS ENFANTS,  
ADO ET DES ACTIVITES DU  
BELAMBRA

FELDENKRAIS

• 14h00

MARCHE NORDIQUE

FELDENKRAIS

STRETCHING

• 18h00

APERO DES REGIONS

19h00

# 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

11h00

WAFF  
MEDIUM

10h00  
TOURNOI DE TENNIS DE TABLE

13h30

MARCHE NORDIQUE

18h00

STRETCH

# VENDREDI

● 9h00

SORTIE A LA JOURNEE  
SAINT FLORENT

● 19h00

POT DE FIN DE SEJOUR

● 21h00

SOIREE MAGIE

● 22h00

AFTER.....