

## Dimanche 29 avril 2018

### **journée porte ouverte d'activité pleine nature au pas du Bouc, route de la Jenny, au Porge**

#### Accueil à partir de 9h00, toutes les activités sont gratuites

Matin et après-midi :

- Initiation et randonnée canoë / kayak / paddle sur le canal.
- Initiation et perfectionnement au tir à l'arc.
- Jeux de raquettes, beach-volley.

#### A 9h30 : randonnée vélo ( VTT ) en forêt du Porge

A partir du pas du Bouc, d'environ 2 heures.

#### A 10H00 : randonnée pédestre découverte de la forêt du Porge

Randonnée à la portée de tous d'environ une heure

#### MIDI : restauration sur place, possibilité de grillades ( plancha )

Pique nique, chacun apporte son repas.

#### Inscriptions :

- Frédérique Morin, tél: 0613413326, mail : [yann.morin865@orange.fr](mailto:yann.morin865@orange.fr)
- Cathy Miqueau, tél : 0616896405, mail: [katikat33160@gmail.com](mailto:katikat33160@gmail.com)
  - Association sports loisirs Le Porge : mail : [sportsloisirs.leporge@gmail.com](mailto:sportsloisirs.leporge@gmail.com)
  - Facebook : sports loisirs Le Porge - sllp

.....

#### **Bulletin d'inscription,**

Nom :                                    Prénom :                                    Age :

Adresse mail si possible :

Nom :                                    Prénom :                                    Age :

Nom :                                    Prénom :                                    Age :

.....

#### **Sllp a aussi programmé pour 2018:**

- Dimanche 13 mai : descente du canal au bassin d,Arcachon en canoë
- Dimanche 29 juillet : rando canoë, lac de Lacanau
- Dimanche 02 septembre : raid pleine nature du Porge
- Dimanche 30 septembre : rando vélo gastronomique