



Marche Nordique en forêt d'Andaines

Mini-groupes De 12 à 15 personnes



Nouveau !



Bienvenue à Bagnoles de l'Orne, la station « Equilibre », pour une marche nordique en forêt d'Andaines. Comme son nom l'indique cette marche vient du Nord, et plus spécialement de Finlande. C'est une activité sportive adaptée à tous !

Dans la marche nordique : tout est dans le port « Poitrine en avant, bâtons derrière... » : et c'est parti !

Prix : à partir de
36 euros/pers

De 12 à 15 personnes payantes

- Le prix comprend : la séance de marche nordique encadrée par un moniteur diplômé, bâtons fournis, les visites mentionnées au programme, les repas : formule plat du jour, dessert au choix, apéritif, vin et café.
- Le prix ne comprend pas le transport, les dépenses personnelles, l'assurance voyage, l'assurance bagages.

10 h 30 • Visite guidée de la station Equilibre de Bagnoles de l'Orne (2h00 à pied)

La première étape de votre journée vous conduit à la découverte de Bagnoles de l'Orne. Cette station thermale et touristique vous ravira par son charme rétro. Un conférencier vous guidera dans la ville thermale dont le décor vous plongera au début du siècle dernier à l'époque où la station a pris son essor : casino, établissement thermal, villas Belle Epoque...et toutes ses légendes.

12 h 45 • Déjeuner au restaurant O'Gayot à Bagnoles de l'Orne

Temps libre à la suite du déjeuner.

15 h 00 • Marche Nordique en forêt d'Andaines

(Départ et retour Office de tourisme)

C'est un sport très en vogue que nous vous proposons de découvrir, il se pratique sans forcer et ne présente aucune difficulté pour les non sportifs. En tenue confortable et muni de chaussures laissant les chevilles libres, le moniteur vous fournira les bâtons, éléments clef de la pratique de la marche nordique. La séance se décompose en 4 parties : une première dite « éducative », puis place à l'échauffement, pratique de la marche nordique et en fin de séance : étirements.

Fin de séance vers 16h30

