



NOTICE D'INFORMATION 2025
STAGE D'INITIATION "LONGE-COTE" à St Pair sur Mer
(du jeudi 11 au samedi 13 septembre 2025)

Cette initiation à la pratique du LONGE-COTE est ouverte aux adhérents d'AVF ANTONY, inscrits aux activités Rando, Marche Nordique, Bungy-Pump et titulaires de la licence FFRP 2024-2025 avec assurance minimale IRA

Nombre de participants : 12 au minimum, 20 au maximum

Dates : **jeudi 11 au samedi 13 septembre 2025.**

Déplacements basés sur l'utilisation des voitures personnelles avec co-voiturage.

PROGRAMME

Il s'agit d'une session d'initiation à la pratique de la marche aquatique communément appelée le "longe-côte".

L'activité et l'hébergement se dérouleront à St Pair ; hébergement à « la porte des Iles » (ligue de l'enseignement) et activité avec le concours du club de longe cote de Hauteville

Deux ou trois séances d'initiation au "Longe-côte marche aquatique" (LCMA) seront proposées aux participants

Elles seront encadrées par les animateurs du Club Longe Côte de Hauteville formés à l'animation de cette pratique.

HEBERGEMENT

L'hébergement est prévu en pension complète du jeudi soir au diner au samedi matin après le petit déjeuner

Hébergement prévu en chambres Double ou Twin. Quelques Chambres single possibles.

Prise des chambres le jeudi soir, libération des chambres le samedi matin ;

Chambres faites à l'arrivée, linge de toilette fourni et ménage fait en fin de séjour

CONTRIBUTION AU COUT DE L'HEBERGEMENT ET DE L'INITIATION

Contribution fixé à 200€ pour la durée du séjour, incluant :

-séjour en chambre twin ou double

-ce séjour n'est pas lié à l'immatriculation tourisme, une assurance complémentaire via billetweb vous est proposée

-pension complète du jeudi soir au samedi matin

-séances de longe cote

Majoration de 17,00 € en Ch single par jour (soit 34€ pour le séjour), selon disponibilité

DISPOSITIONS CONCERNANT LES DEPLACEMENTS

Les participants sont invités à se regrouper, par affinité, pour constituer des équipages de 3 à 4 personnes par véhicule. Chaque équipage constitué gèrera la contribution de chacun aux frais du déplacement. (Trajet A-R et trajets sur place).

AVF Antony encourage le co voiturage, mais celui-ci est de la responsabilité de chacun

PREINSCRIPTIONS

Les pre-inscriptions sont ouvertes jusqu'au 31 mai 2025

Ce week end n'est pas soumis au régime de l'immatriculation tourisme. L'inscription tient lieu de contrat.

Les conditions d'annulation sont celles de l'hébergeur.

Une assurance gérée par billetweb vous est proposée, ce week end se faisant hors du cadre de l'immatriculation tourisme

INSCRIPTIONS.

20 places sont offertes à la réservation, priorité sera donnée aux occupants des chambres twin ou doubles (couples).

Les pre-inscriptions sont soumises à accréditation en fonction des places disponibles. A partir de cette date, vous serez alors invités à régler rapidement, suite à un mail émis par billetweb.

Les règlements se feront exclusivement sur le site billetweb par Carte Bancaire.

CONDITIONS D'ANNULATION DE L'INSCRIPTION.

En cas d'annulation, les contributions versées resteront acquises à AVF ANTONY.

Les possibilités de remboursement seront celles du contrat d'assurances.

RECOMMANDATIONS

La tenue obligatoire est : chaussures d'eau et combinaison (le combi-short suffit en cette période).

Ces équipements sont disponibles à moindre coût chez Decathlon, par exemple.

Il est recommandé aux participants de se munir de serviettes personnelles utiles à l'issue de chaque épisode "Longe-Côte", les séances de longe côte du jeudi et samedi se font sans disposer des chambres donc des serviettes

Responsable du groupe AVF ANTONY:

Jean Claude Pichon, accompagnateur.