



SEJOUR RANDO SANTE et DOUCE

NORMANDIE « Hôtel de la plage » Merville Franceville

DU 16 AU 20 SEPTEMBRE 2024

Organisé par Patrick et Chantal RANDA

PROGRAMME non définitif

Le lundi 16 Septembre

Direction le Village Vacances CAPFRANCE « Hôtel de la plage »
21 rue Jean Mermoz
14810 MERVILLE FRANCEVILLE
02 31 24 20 60

Il faudra faire du co-voiturage.

Nous devons être sur place pour 17H00 au plus tard.

Nous prendrons possession de nos chambres, apéritif de bienvenue, repas et dodo.

Le mardi 17: : Nous prendrons le petit déjeuner, et notre panier repas pour le midi.
Rando et visite du cimetière de COLLEVILLE. Puis cinéma 360° à Arromanches.
Retour au Centre.

Le mercredi 18: Après le petit déjeuner nous nous rendons à la maison de l'estuaire ,
rando . Retour au centre pour le déjeuner. Puis nous irons à Bénouville pour la visite du
Pegasus bridge.
Puis retour au Centre.

Le jeudi 19: après le petit déjeuner, nous irons visiter la batterie de Merville . Nous
rentrons déjeuner à l'hôtel et l'après-midi visite d'un village typique normand.
Puis retour au Centre.

Le vendredi 20: Après le petit déjeuner, nous rendons nos chambres . Puis retour à la
maison.

- Bien prendre toutes vos affaires de marche : **Chaussures de marche, Bâtons, gourde..**

- **Casquette, Chapeau**, Sac à dos, vêtements de pluie ou autre,

- **maillot de bain, serviette de bain** (il y a une piscine et la plage)

- **Les bâtons sont très conseillés** ; si vous n'en possédez pas, faites-vous en prêter, ou achetez- en...

-**Vos médicaments**

Pour les paniers repas l'organisation est la même que les séjours précédents ; prévoyez vos couverts (c'est plus solide que du plastique ou du bois) un gobelet ,une gourde sac isotherme et boîte pour pique-nique .

Prévoyez un plaid ou fauteuil pour les pique-niques

Je reste bien sûr à votre disposition pour répondre à toutes vos questions.

C Randa 06 27 08 21 56 ou chantalranda@gmail.com