



Comité Ardèche - Drôme
Sport en Milieu Rural

LAC'ARDÈCHE EVENT



SAMEDI 29 & DIMANCHE 30 SEPTEMBRE 2018

Le week-end du 29 & 30 Septembre 2018, le Comité de Triathlon organise le Lac Ardèche'Event, une manifestation proposant du Swim Run le samedi et du Cross-Triathlon le dimanche.

Le CDSMR s'associe à l'évènement et proposera plusieurs activités sportives :

• Le samedi :

Marche nordique et Activités gymniques

• Le dimanche :

Marche nordique et Randonnée pédestre

• ainsi que des animations gratuites tout public autour de sports innovants et traditionnels tout le week-end.



ardèche
LE DÉPARTEMENT

Samedi 29 :

Inscription obligatoire (places limitées)

• 14h-16h : ACTIVITES GYMNIQUES

Au bord du lac, encadré par un animateur ...

• 16h-18h : MARCHE NORDIQUE

Sortie encadrée pour personnes ayant déjà pratiqué cette activité

(prêt de bâtons possible)

Sans inscriptions

14h-18h : animations gratuites de découverte de la marche nordique, disc golf et de jeux traditionnels...

Dimanche 30 :

Inscription obligatoire (places limitées)

• 10h-15h : RANDONNÉE PEDESTRE

Sortie encadrée.

Pique-nique à amener ou à commander (sur fiche d'inscription à droite)

• 10h-12h : MARCHE NORDIQUE

Sortie encadrée pour personnes ayant déjà pratiqué cette activité

(prêt de bâtons possible)

Sans inscriptions

10h-15h : animations gratuites de découverte de la marche nordique, disc golf et de jeux traditionnels...



Restauration :

• 19h30 : Samedi soirée festive repas / Concert pop-rock

Repas avec produits locaux 

• Le pique-nique du dimanche midi est également préparé avec des produits issus de la montagne ardéchoise.

Hébergement :

Des hébergements sont disponibles sur Devesset et aux alentours :

- camping du lac ou autres gîtes.

Plus d'informations sur :

<http://www.tourisme-valeyrieux.fr/meubles-gites/>

Inscription :

SAMEDI

- Marche nordique.....5 €
- Activité gymnique.....5 €
- Dîner.....15 €

DIMANCHE

- Marche nordique.....5 €
- Randonnée pédestre.....5 €
- Pique-nique.....10 €

TOTAL €

NOM :

Prénom :

Adhérent FNSMR : oui / non

tel :

mail :

Inscription à renvoyer au CDSMR accompagné du règlement.

Inscriptions également disponible par internet sur : <https://goo.gl/forms/aipMb3xdenFfQEsp1>

Renseignements et inscriptions :

CDSMR 07/26

125 chemin des boissières 07120 RUOMS

04-26-62-41-10

ardechedrome@sportrural.fr



Comité Ardèche - Drôme
Sport en Milieu Rural