



LOISIRS et SOLIDARITE des RETRAITES MARSEILLE

(Association Loi 1901)

Gérard SPITERI - Président

Vert Beaumont Bât D, 79 Ter Avenue de la Figone, 13012 Marseille

Tel. 07 87 12 62 06 - Courriel : lsrmarseille@laposte.net - Site internet : <http://www.lsrmarseille.fr>



DEUX JOURNEES SUR LE FRIOUL - Centre de vacances Léo Lagrange Vendredi 7 et Samedi 8 JUIN 2024

Le vendredi 7 Juin : Randonnée proposée par la commission sportive.

- Pour les randonneurs(euses) qui ne souhaitent pas rester sur l'île le Week end, **RV à 10h à l'arrivée du bateau au port du Frioul (prise du billet de transport AR navette par vos soins).**

Le samedi 8 Juin : **Activité YOGA 1 séance d'une heure** – en option 7,00 € la séance le matin entre 10 h et 12 h (un ou deux groupes suivant le nombre de participants)

D'autres activités sont possibles : balades – plage - pétanque

PRIX du séjour : **70,00 € par personne** Sont compris : le trajet A/R en bateau, les repas du vendredi soir et du samedi midi, la nuitée avec le petit déjeuner, (Vendredi midi pique-nique sorti du sac).

Séjour + séance de yoga : **77,00 € par personne**

DEPART le vendredi 7 juin : RV 8h30 au départ du bateau sur le vieux Port (cet horaire sera confirmé par SMS)

RETOUR le samedi 8 juin 15 h 45 (horaire à confirmer)

DATE LIMITE D'INSCRIPTION LE 5 MAI 2024

Votre inscription sera validée par SMS à réception de votre règlement envoyé par chèque à l'ordre de LSR Marseille, à Martine Quichaud 136 chemin de la Valbarelle – La Couronne St Cyr Bât. B3 – 13011 Marseille (06 49 02 30 13). Vous voudrez bien donner votre numéro téléphone.

Je participe à l'activité Yoga

OUI

NON

Tous les participants à la rando sont priés de se signaler directement auprès d'Eliane Garau par SMS 06.70.79.33.45