

QUIBTAO - PROGRAMME 2020

	Les matins zen du Conguel	Séances de Qi Gong	Balade contée sous la lune et les étoiles.	Balade insolite à vélo	Pêche à pied, découverte de la faune & de la flore à marée basse.
Description	Une matinée de détente et de bien-être: découverte du Qi Gong, étirements, auto-massages et marches de pleine conscience, méditation ou relaxation dynamique. Une collation est prévue.	Découverte et pratique du Qi Gong Taoïste et étirements, auto-massages, marches énergétiques.	À la rencontre des Korrigans ! Circuit de 5 km, ponctué d'histoires et de légendes sur la Côte Sauvage et les korrigans. Laissez-vous rêver au fil des histoires en contemplant le soleil se coucher et les étoiles s'allumer.	Découverte d'une partie de la presqu'île de Quiberon en empruntant chemins, pistes cyclables et petites routes. Balades ponctuées de légendes et d'anecdotes sur le patrimoine naturel et légendaire.	Découverte à marée basse de la vie cachée et secrète du peuple de l'estran, faune et flore marines. Initiation à la pêche à pied.
Public	À partir de 15 ans.	À partir de 15 ans.	À partir de 6 ans. Cette activité n'est pas adaptée aux personnes à mobilité réduite ni aux poussettes et landaus.	À partir de 10 ans. Mineurs accompagnés, un enfant mineur maximum par adulte.	À partir de 6 ans. Mineurs accompagnés, deux enfants mineurs maximum par adulte. Cette activité n'est pas adaptée aux personnes à mobilité réduite ni aux poussettes et landaus.
Capacité d'accueil	De 2 à 15 personnes.	De 3 à 20 personnes.	De 3 à 20 personnes.	De 2 à 12 personnes	De 4 à 20 personnes.
Prix/pers	30€ Collation comprise	15€	12€ 6€ pour - de 12 ans	12€	10€ 5€ pour - de 12 ans
Durée	3h	1h30	3h	3h30	2h
Horaires	De 9H30 à 12h30			De 14h à 17h30.	Horaires selon les dates et les horaires de marées. Voir détail des dates dans calendrier ci-après.
Equipement	Tenue souple et confortable adaptée à la météo (soleil, vent, pluie), boisson désaltérante.	Venir avec tenue souple et confortable adaptée à la météo.	Prévoir vêtements chauds, baskets ou chaussures de marche, eau, lampe électrique.	Venir avec un vélo en très bon état (VTT, VTC, vélo électrique) et un casque. Prévoir nourriture et boissons.	Venir avec chaussures allant dans l'eau (sandales, baskets, bottes).
Lieu de RV	Pointe du Conguel à Quiberon, devant l'entrée piétonne, près du parking à vélos.			Gare maritime de Port Maria, Quiberon.	Lieu de rendez-vous: Parking de la plage du Fozo, près du mémorial Voir détail des dates dans calendrier ci-après.
Conditions	Uniquement sur réservation.	Uniquement sur réservation.	Uniquement sur réservation.	Uniquement sur réservation.	Uniquement sur réservation.

Dates et horaires donnés sous réserves que les activités proposées soient compatibles avec d'éventuelles mesures sanitaires CODIC-19 ou restrictions des déplacements en vigueur à ces dates là.

Contact : Catherine-Charlotte HÉLIOT
QUIBTAO - 2 Rue Du Chasse Marée - 56510 Saint-Pierre-Quiberon
Tél. : +33 (0)6 11 25 42 31 mel : contact@quibtao.fr site : www.quibtao.fr
SIRET 830 659 215 00016

QUIBTAO - PROGRAMME 2020

	Les matins zen du Conguel	Séances de Qi Gong	Balade contée sous la lune et les étoiles.	Balade insolite à vélo	Pêche à pied, découverte de la faune & de la flore à marée basse.
OCTOBRE 2020					
LUN 19 OCT					11h - Pkg plage du Fozo
MAR 20 OCT	9h30 - Pte du Conguel				13h - Pkg plage du Fozo
JEU 22 OCT					14h30 - Pkg plage du Fozo
VEN 23 OCT				14h - Port Maria	
LUN 26 OCT	9h30 - Pte du Conguel			14h - Port Maria	
VEN 30 OCT				14h - Port Maria	9h - Pkg plage du Fozo
SAM 31 OCT					10h - Pkg plage du Fozo
<i>Dates et horaires données sous réserves que les activités proposées soient compatibles avec d'éventuelles mesures sanitaires CODIC-19 ou restrictions des déplacements en vigueur à ces dates là.</i>					
<p>Contact : Charlotte HÉLIOT QUIBTAO - 2 Rue Du Chasse Marée - 56510 Saint-Pierre-Quiberon Tél. : +33 (0)6 11 25 42 31 - mel : contact@quibtao.fr - site : www.quibtao.fr SIRET 830 659 215 00016</p>					