

PORTES OUVERTES SPORTS & RANDO

Domaine d'Hostens
Dimanche 7 octobre
9h-17h

12h30
Démonstration
de saut
en parachute



Initiations démonstrations gratuites

à partir de 6 ans

VTT - TIR À L'ARC
NATATION EN EAU LIBRE
CANOË-KAYAK
RANDONNÉE PÉDESTRE
ROLLER - BOOMERANG
PARACHUTISME
COURSE D'ORIENTATION
ÉQUITATION - DISC GOLF
CYCLOTOURISME
VOILE - PADDLE BOARD
JEUX TRADITIONNELS...



Demain, le sport, le département.

Avec le soutien du Comité Départemental Olympique Sportif de Gironde



PORTES OUVERTES SPORTS & RANDO

Domaine d'Hostens - Dimanche 7 octobre

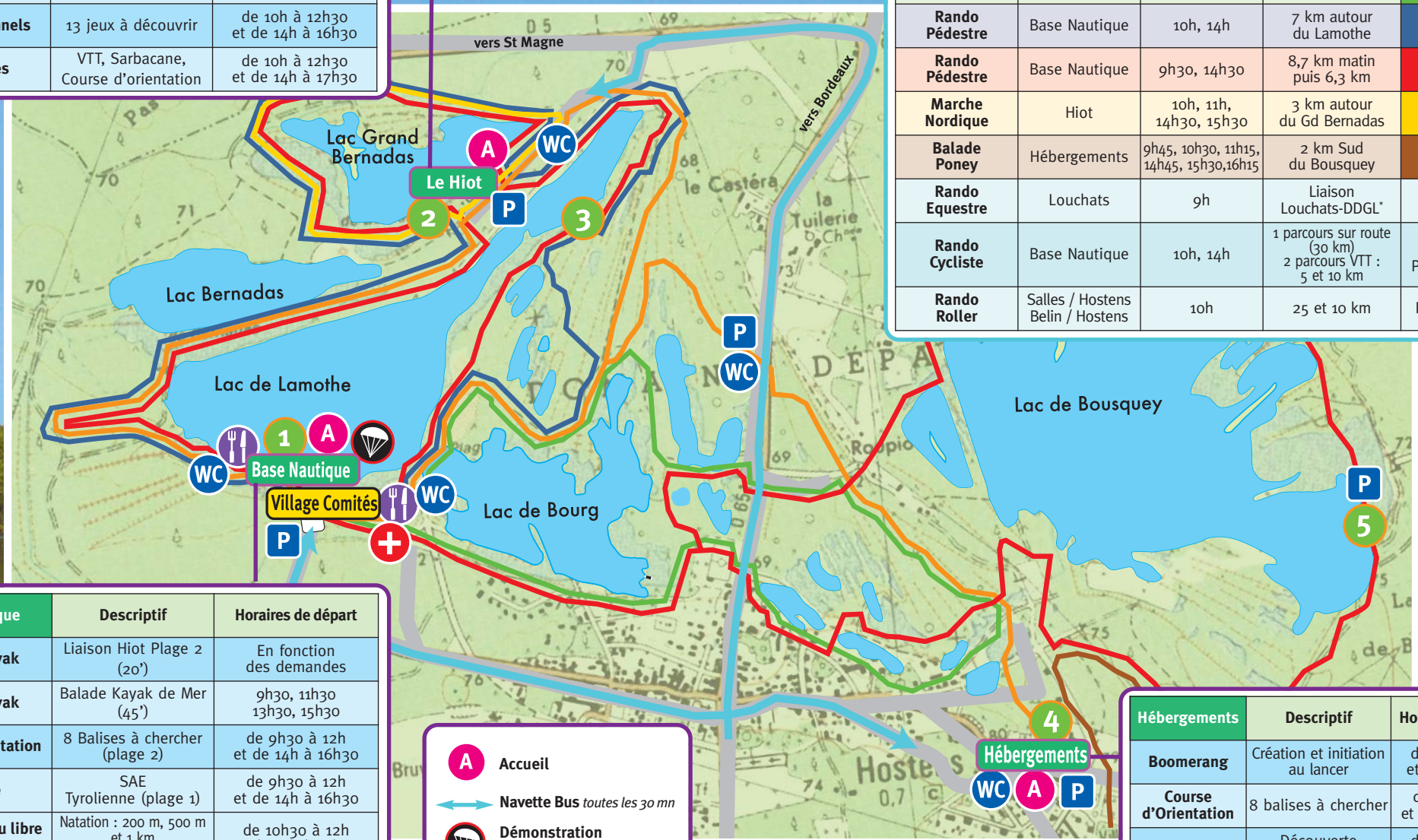


PORTES OUVERTES SPORTS & RANDO

Choisissez vos activités

Le Hiot	Descriptif	Horaires de départ
Canoë - Kayak	Liaison Hiot Plage 2 (20')	En fonction des demandes
Disc Golf	Parcours 6 panières (20')	10h, 10h20, 10h40, 11h, 14h, 14h30, 15h, 15h30
Jeux Traditionnels	13 jeux à découvrir	de 10h à 12h30 et de 14h à 16h30
Raid Jeunes	VTT, Sarbacane, Course d'orientation	de 10h à 12h30 et de 14h à 17h30

Liaisons inter-activités	Base nautique / Hiot : 2 km, Hiot / Hébergements : 3 km Base nautique / Hébergements : 2 km			
Randonnées	Lieu de départ	Horaires de départ	Descriptif	Tracés
Rando Pédestre	Base Nautique	10h45, 15h	5 km autour du lac du Bourg	
Rando Pédestre	Base Nautique	10h, 14h	7 km autour du Lamothe	
Rando Pédestre	Base Nautique	9h30, 14h30	8,7 km matin puis 6,3 km	
Marche Nordique	Hiot	10h, 11h, 14h30, 15h30	3 km autour du Gd Bernadas	
Balade Poney	Hébergements	9h45, 10h30, 11h15, 14h45, 15h30, 16h15	2 km Sud du Bousquey	
Rando Equestre	Louchats	9h	Liaison Louchats-DDGL*	Piste équestre
Rando Cycliste	Base Nautique	10h, 14h	1 parcours sur route (30 km) 2 parcours VTT : 5 et 10 km	Route Pistes Domaine
Rando Roller	Salles / Hostens Belin / Hostens	10h	25 et 10 km	Piste cyclable



Base Nautique	Descriptif	Horaires de départ
Canoë - Kayak	Liaison Hiot Plage 2 (20')	En fonction des demandes
Canoë - Kayak	Balade Kayak de Mer (45')	9h30, 11h30 13h30, 15h30
Course d'Orientation	8 Balises à chercher (plage 2)	de 9h30 à 12h et de 14h à 16h30
Escalade	SAE Tyrolienne (plage 1)	de 9h30 à 12h et de 14h à 16h30
Natation en eau libre Water Polo	Natation : 200 m, 500 m et 1 km Water Polo	de 10h30 à 12h et de 14h à 16h30
Tir à l'Arc	Aire de tir	de 9h30 à 12h et de 14h à 16h30
Voile	Découverte de l'activité sur 1h30	10h, 13h30, 15h30
Stand-up Paddle	Découverte de l'activité sur 1h30	10h, 13h30, 15h30

- A** Accueil
- Navette Bus toutes les 30 mn
- Démonstration de Parachutisme
- Points Restauration
- +** Poste de Secours
- 1** Points Environnement en continu de 9 h à 17 h

- 1 - Faune et flore des espaces naturels sensibles girondins
- 2 - Gestion de la forêt
- 3 - Découverte des animaux du Domaine
- 4 - Histoire et géologie du site
- 5 - Observation des oiseaux d'eau à la lunette

Hébergements	Descriptif	Horaires de départ
Boomerang	Création et initiation au lancer	de 9h30 à 12h et de 14h à 17h
Course d'Orientation	8 balises à chercher	de 9h30 à 12h et de 14h à 16h30
Equitation	Découverte et balade en poney	de 9h30 à 12h et de 14h à 17h
Roller	Initiation	de 9h30 à 12h et de 14h à 16h30
Tir à l'Arc	Tir "Flu-Flu"	de 9h30 à 12h et de 14h à 16h30
VTT	Maniabilité	de 14h à 17h

*DDGL : Domaine Départemental Gérard Lagors

PORTES OUVERTES SPORTS & RANDO

Domaine d'Hostens
Dimanche 7 octobre
9h-17h

Initiations
démonstrations
gratuites

à partir de 6 ans

VTT - NATATION EN EAU LIBRE
TIR À L'ARC - CANOË-KAYAK
RANDONNÉE PÉDESTRE - ROLLER
BOOMERANG - PARACHUTISME
COURSE D'ORIENTATION - VOILE
CYCLOTOURISME - DISC GOLF
ÉQUITATION - PADDLE BOARD
JEUX TRADITIONNELS...

Conseil général de la Gironde - Conception BellevueCom - Photos : Fotolia, CG 33 - Impression CDJ - www.gironde.fr - Sept. 2012



Transport gratuit sur réservation
Contact : 05 56 99 65 79

www.gironde.fr



[Demain, le sport, le département]

