

FICHE D'INFORMATIONS

Complexe sportif du quartz
05 120 L'Argentière la Bessée
Tél. 06 61 73 98 69
secretariat@canoe-paca.fr

FEMMES, DIRIGEANTES BENEVOLES, ATHLETES OU SALARIES DES ASSOCIATIONS SPORTIVES CANOE KAYAK EN PACA

Le séminaire se déroulera les 19,20 et 21 mai 2018:
A l' Hôtel NOVOTEL
20 bd Saint Roch – 84000 AVIGNON

Votre accueil et l'installation dans vos chambres se feront
le samedi 19 mai 2018 à partir de 12 h 30

Pour la partie séminaire, nous vous invitons à vous munir du nécessaire pour prendre des notes et de tous documents qui vous semblent utiles à la contribution de nos travaux.

Pour le temps thalasso, nous vous offrons 1 soin par personne, un massage modelage et l'accès libre à l'espace SPA : sauna, hammam, jacuzzi et piscine extérieure.

Il faut prévoir pour la thalasso : des chaussures types "Tongs" et un maillot de bain avec bonnet.

Les serviettes et peignoirs sont fournis par l'hôtel.

Pensez également à prévoir une tenue de sport et des baskets pour les temps libres et la salle de musculation.

Vous serez hébergés en chambre double qui sont équipées : d'une TV, d'un coffre-fort, d'un téléphone, d'un mini bar, de l'accès internet wifi, d'un sèche-cheveux et du nécessaire de toilette.



Région



Provence-Alpes-Côte d'Azur

Complexe sportif du quartz
05 120 L'Argentière la Bessée
Tél. 06 61 73 98 69
secretariat@canoe-paca.fr



Programme Prévisionnel

Samedi 19 mai 2018		REPAS		REPAS		
à partir de de 12 h 30	Accueil	13 h 00	14 h 30	travail collectif	20 h 00	REPOS
			Pause			
			18 h 00	temps libre		
Dimanche 20 mai 2018		REPAS		REPAS		
7 h 00	Petit déjeuner	12 h 30	14 h 30	travail collectif	20 h 30	Repos
9 h 00	Soins Thalasso & Balnéo		Pause			
12 h 15			17 h 30			
			18 h 00	Activité à déterminer		
Lundi 21 mai 2018		REPAS		REPAS		
8 h 00	Petit déjeuner	12 h 30	14 h 00	Fin des travaux		
	Restitution des chambres					
9 h 00	travail collectif		16 h...			Bilan et clôture
Pause						
12 h 15						