

ODYSSÉE SANTÉ ÉTÉ

À LAGUIOLE



ÂGE :

LIEU : LAGUIOLE

ACTIVITÉ : MULTISPORT/MULTIACTIVITÉ

TARIFS :

DURÉE : 14 JOURS

PÉRIODE : ÉTÉ

DESRIPTIF DU SÉJOUR

Des vacances pour comprendre, en jouant, comment des petits gestes et des petites habitudes alimentaires préservent ton corps et ta santé !

Cuisine : 3 à 4 séances. Il s'agira ici de confectionner des gâteaux et petits plats à base de produits frais, d'appréhender les bases d'une nourriture saine, facile et équilibrée, mais aussi d'entrevoir les dommages causés par l'industrie alimentaire et de comprendre la composition des produits alimentaires en jouant.

Baignade : 1 à 2 séances (en piscine ou en lac)

Bivouac : nuit en « buron »

Grands jeux dans les bois, randonnée nature sur le plateau de l'Aubrac

Cani-rando : 1 séance

Visites : coutellerie de Laguiole et/ou démonstration de forge d'un couteau, château et/ou fromagerie à Laguiole (avec dégustation de fromage de l'Aubrac).

Dates de séjours :

Séjour 11 jour :

- Du jeudi 07 juillet au dimanche 17 juillet

Séjours 14 jours :

- Du lundi 18 juillet au dimanche 31 juillet
- Du lundi 1er août au dimanche 14 août