



**Lieu :**  
**ASPET**  
**(31)**

**Le**  
**Bois**  
**Perché**

## Vendredi 21 juin



- 18h / 20 h : arrivée des participantes et mise à disposition des chambres.
- 20h, dîner et animation d'ouverture du week-end.

## Samedi 22 juin

- Petit déjeuner à partir de 8h.
- 9h30 à 17h au choix:
  - randonnée animée toute la journée ou
  - tir à l'arc le matin + autre activité si le groupe est important et sarbacane / ultimate l'après-midi.
- 17h – 19h : temps libre avec possibilité, si le temps le permet de profiter de la piscine.
- 19h apéritif offert par l'ASPTT Comminges
- A partir de 19h30 : repas + soirée surprise concoctée par les « locales de l'étape ».

## Dimanche 23 juin

- Petit déjeuner à partir de 8h.
- 9h30 – 11h30 : départ pour la visite d'un petit musée pour celles qui le souhaitent  
 OU  
 activités **KIN BALL** et **DISC GOLF** pour les autres.
- Préciser votre choix à l'inscription**
- 12h : repas
- 14h : retour à « case ».

Pour toutes les activités proposées, le matériel est fourni et l'encadrement diplômé. Les participantes devront prévoir une tenue sportive avec des baskets et le maillot de bain pour celles qui souhaitent profiter de la piscine. Pour les randonneuses du samedi, prévoir chaussures de randonnée, sac à dos et boîte hermétique pour transporter le pique-nique du midi. Les déplacements, d'un lieu à un autre, sont à la charge des participantes. L'hébergement : les draps sont fournis mais penser à amener le linge de toilette.

\* Prix : 70 € pour les licenciées de la région Nouvelle Aquitaine et 120 € pour les autres licenciées FSASPTT

Ce qui ne change pas pour l'inscription : m'envoyer le bulletin d'inscription, la copie de la licence FSASPTT PREMIUM et le règlement du séjour au nom du Comité Régional ASPTT Nouvelle Aquitaine.