



## COURIR POUR MIEUX VIVRE

A fond la forme, bougez-vous, ça fait un bien fou !

[www.courirpournieuxvivre.be](http://www.courirpournieuxvivre.be)

# SEJOUR SPORTIF A GERARDMER

Chers membres,

Le comité a le plaisir de vous inviter à participer à un séjour convivial et sportif au nouveau centre Le Herbau à Gérardmer les samedi 25, dimanche 26 et lundi 27 septembre 2010 (week-end de la fête de la Communauté française).

### Cadre de vie



Situé à 400 km de Nalines, au cœur du Parc Naturel Régional des ballons des Vosges, dépayçant par sa beauté et sa nature intacte entre lacs, montagnes et forêts, Gérardmer possède tous les atouts pour un séjour inoubliable. Les anciens du club peuvent en témoigner.

### Coût du séjour

Il revient à **130 €** par personne pour les membres du club et **140 €** pour les non-membres.

Ce prix comprend :

- Le trajet en car aller-retour (le coût des cars est pris en charge entièrement par le club - 2650€)
- L'apéro de bienvenue
- La pension complète (restauration, vin à discrétion compris)
- L'assurance pour les membres uniquement
- La taxe de séjour
- Les lits faits à l'arrivée
- L'encadrement des activités sportives par nos moniteurs
- Le transport des vélos

Ce prix ne comprend pas :

- Les dépenses à caractère personnel

### Hébergement

Le Herbau est un village-vacances de gîtes. Les parties communes sont



regroupées dans deux bâtiments principaux. Le premier bâtiment comprend l'accueil, la bibliothèque, le club « ado » et une laverie gratuite. Dans le second se trouvent le bar (ah !), une salle polyvalente, et une cafétéria.



Le village comprend 36 gîtes de 4 à 6 personnes, répartis dans 6 bâtiments dont la terrasse ou le balcon est exposé plein sud en direction du lac. Les gîtes de 4 personnes sont composés d'un séjour avec canapé convertible, d'une chambre avec 2 lits simples, d'une kitchenette, de sanitaires complets privés, de la télévision (en location) et d'un balcon ou d'une terrasse avec vue sur lac et avec mobilier de jardin.

Les gîtes de 6 personnes ont en duplex une chambre supplémentaire avec 2 lits simples et des sanitaires complets.

### **Activités prévues**

Excursions, randonnées à pied, en VTT ou en jogging

Pour les joggeurs, participation au jogging de Rosheim (en Alsace) le dimanche matin : 5, 10 ou 21 km.

Le programme complet vous sera communiqué ultérieurement.

### **Inscription**

L'inscription ne sera effective qu'à la réception du paiement (130 ou 140 €) sur le compte de l'asbl « Courir pour mieux vivre » n° 001-2618011-57 en mentionnant le nombre de personnes et le type de chambre souhaité (4 ou 6 personnes). Les inscriptions seront prises dans l'ordre chronologique des réceptions du paiement. Elles sont limitées à 100 places.

Encore une fois, nous ferons le maximum pour vous satisfaire. En effet, le choix des promenades sera étudié minutieusement pour vous faire découvrir et apprécier cette magnifique région.

A bientôt. Cordiales salutations.

Pour le comité,

La Secrétaire  
D. LIEGEOIS  
071.220822

La Trésorière  
M. GRIMONT  
071.217707

Le Président  
PH. MARLAIR  
0475.890.500