



# L'association **Armo'Forme**

en partenariat avec le **Comité Départemental de la FSCF**  
( Fédération Sportive et Culturelle de France)  
vous propose un

## **séjour bien être et découverte**



**Du 5 au 8 Avril 2018**  
**visite du**  
**Mont Saint Michel**  
**et de**  
**Saint Malo**

Hébergement au gîte d'étape de Ducey  
(à quelques mètres des grèves  
du Mont St Michel)

### **au programme :**

- Journée au Mont St Michel avec un guide de la région - découverte de l'abbaye et balade dans la baie
- Journée à St Malo
- Randonnées sur les grèves du Mont St Michel et le long de la Sélune
- Possibilité de stretching

Tarif

290 euros

en pension complète

Transport non compris :  
organisation de co voiturage.

**Pour tout renseignement**  
**vous pouvez contacter**

**Catherine au 06 63 14 08 64 : administratif**

**Sandrine 06 60 62 90 37 : Organisation du séjour**  
demander le formulaire d'inscription sur  
**armoforme@free.fr**

Visionnez notre précédent  
séjour sur  
**YOUTUBE :**  
tapez **ARMOFORME**

**Dans une ambiance familiale à taille humaine.**  
**Bonne humeur et belle rencontre garanties !**

