



## Séjour Rando & Bien-être en Côte d'Opale



# PROGRAMME DES ACTIVITÉS

---

- J1 Jeudi 26 octobre :

18h00 - Accueil et séance d'information à l'hôtel

19h00 - Repas du soir (en supplément et sur réservation préalable)

- J2 Vendredi 27 octobre :

A partir de 7h30 - Petit-déjeuner

9h30 - Départ randonnée à la Maison du Site des Deux Caps. Pause pique-nique le midi. Retour à l'hôtel vers 15h

19h00 - Repas du soir (en supplément et sur réservation préalable)

# PROGRAMME DES ACTIVITÉS

---

- J3 Samedi 28 octobre :

A partir de 7h30 - Petit-déjeuner

9h30 - Départ randonnée à l'hôtel. Pause pique-nique le midi. Retour à l'hôtel vers 15h

19h00 - Repas du soir (en supplément et sur réservation préalable)

- J4 Dimanche 29 octobre :

A partir de 7h30 - Petit-déjeuner

9h30 - Départ randonnée à l'aire d'accueil de Sangatte. Fin de la rando vers 12h30

12h30 - Repas du midi au restaurant « Le Blanc Nez »

# JOUR 1 : ACCUEIL À L'HÔTEL

---

- Hôtel 3\* avec piscine, sauna, jacuzzi et salle de fitness
- Petit-déjeuner buffet à partir de 7h30
- Chambres disponibles à partir de 14h à l'arrivée et jusqu'à 11h pour le départ
- Accès à l'espace bien-être de 9h00 à 20h00

En supplément et sur réservation préalable :

- Repas du soir au restaurant de l'hôtel
- Massage Bien-être





## JOUR 2 : AUTOUR DU CAP GRIZ-NEZ

- RDV 9h30 au départ de la Maison du Site des Deux Caps à Audinghen
- Randonnée « Les Crans » (11,7 km / 2h45)
- Pause pique-nique le midi
- 14h00 Visite de la Maison du site des Deux Caps

# JOUR 2 : ENTRE WISSANT ET LE CAP BLANC-NEZ

---

- Départ 9h30 à l'hôtel
- Randonnée « Le Sentier du Cap Blanc-Nez » (18,3 km / 4h30)
- Pause pique-nique le midi
- Retour à l'hôtel vers 15h



# JOUR 3 : ENTRE LE CAP BLANC-NEZ ET SANGATTE

---

- Départ 9h30 à l'aire d'accueil de Sangatte
- Randonnée « Les Hauts de Sangatte » (6,8 km / 1h40)
- Les Belvédères du Cap Blanc-Nez (1km / 15 min)
- 12h30 - Repas du midi au restaurant « Le Blanc Nez » à Sangatte



# VISITES POSSIBLES

- Fort d'Ambleteuse
- Musée du Mur de L'Atlantique
- Musée 39-45
- Maison du Site des Deux Caps



Musée du Mur de l'Atlantique



Fort d'Ambleteuse



Maison du Site des Deux Caps



Musée 39-45

## Séjour Rando & Bien-être en Côte d'Opale



- Le 26, 27, 28 et 29 octobre 2023
- 3 journées rando sur le Terre des 2 Caps
- 3 nuitées avec petit-déjeuner dans un Hôtel & Spa 3\*  
Piscine - Sauna - Jacuzzi - Salle de fitness
- 2 repas pique-nique + resto du dimanche midi
- Massages bien-être (en supplément)
- Prix: 450€/pers

\* Repas du soir non-compris dans le prix - Supplément single = 180€ - Organisation sous réserve de min 10 participants

Infos et réservations sur le site [ssbcoaching.be](http://ssbcoaching.be) ou 0478/226227 ou [geraldine@ssbcoaching.be](mailto:geraldine@ssbcoaching.be)