



LA NORMANDIE – du vendredi 14/10/2016 au lundi 17/10/2016

Entre terre et mer, bocage et plages, découvrez la Normandie qui vous accueille dans une mosaïque colorée de pays et de paysages....le pays de Caux et le pays d'Auge vous attendent.

Ce sera un séjour de découvertes historiques, faits de paysages fabuleux, pommiers, haras, fermes à colombages, mais également pour déguster le terroir normand.



<http://www.normandiecouseapied.com/la-sente-des-moines-trail-gruchet-le-valasse-2015/index.html>

Jour 1 : VENDREDI 14.10.2015 – départ aux alentours de 23 heures jeudi 13.10.2015, en bus.

CAEN : visite du mémorial – *Visite libre avec audioguide : 2h30*

« La douleur m'a brisé, la fraternité m'a relevé, de ma blessure a jailli un fleuve de liberté »

Déjeuner

plages du débarquement : Juno Beach, Sword Beach, Pegasus bridge, arrêts photos sur une plage.

CABOURG : c'est l'univers romantique de Marcel Proust avec ses villas balnéaires où le front de mer a été aménagé sur 3 kilomètres pour les piétons. Temps libre 2 heures.

La côte fleurie – Trouville – **DEAUVILLE** : arrêt photos sur la célèbre plage aux parasols.

Dîner et Installation à l'hôtel.

Jour 2 : SAMEDI 15.10.2015

LISIEUX – visite de la Basilique Ste Thérèse.

PONT L'ÉVEQUE ou aux alentours : visite d'une distillerie de Calvados et cidrerie.

Déjeuner.

HONFLEUR, berceau de l'impressionnisme, église Ste Catherine. Visite libre.

Tour de bateau en mer, passage sous le Pont de Normandie et vue du viaduc de Tancarville.

Installation à l'hôtel pour deux nuits, à Bolbec Seine Maritime. Dîner. <http://www.hotelrelaisdetretat.com>

Jour 3 : Les courses de la Sente aux Moines à GRUCHET LE VALASSE

30 kilomètres : 9h 14 kilomètres : 9h30 9 kilomètres : 10h

Randonnée 9 et 14 kms : 9h30 et 10h (trail sans bitume, traversée du parc de l'abbaye du Valasse)

Déjeuner des organisateurs.

Retour Hôtel, pour excursion en bus à **FECAMP**, visite du Palais des Bénédictines. Yport, pays des hautes falaises, **ETRETAT**, et l'aiguille creuse (Arsène Lupin).

Dîner à l'hôtel.

Jour 4 : retour en Alsace.

9 heures départ de Bolbec – arrêt déjeuner à hauteur de Laon.

Prix par personne pour le séjour 4 jours – 3 nuits : 300.00 €

Ce tarif comprend : l'hébergement en chambre double, du déjeuner du jour 1 au déjeuner du jour 4, boissons comprises, les entrées et les visites mentionnées au programme, le pourboire du chauffeur.

Le coût du car est pris en charge par l'association

Ce tarif ne comprend pas : les boissons personnelles, le petit déjeuner du jour 1, le tarif du dossard.

Inscription avant le 25 JANVIER 2016, dans la limite des 58 places disponibles dans le bus