

Hôtel club les Clarines - Les 2 Alpes

Semaine Bien Être

Semaine à thème du 4 au 11 juillet 2010 ou du 1^{er} au 8 août 2010



454 €

la semaine en
pension complète

398 €

la semaine en
demi-pension

En matinée :

Réveil musculaire – 30 mn tous les jours
Initiation aux gestes de self défense – 1H30 tous les jours pour une prise de conscience de son corps, de ses gestes, et une maîtrise de soi.

2 demi-journées de balades accompagnées (découverte faune et flore)

La ballade autour des Lacs d'Altitude
La descente du Venosc pour retrouver son énergie.

En après-midi

3 demi-journées, à partir de 15H, jeux d'eau pour améliorer sa respiration, pour entretenir sa santé physique.

En soirée

initiation aux danses de salon, pendant 1H30 (salsa, tango...)

3 massages californiens dans la semaine, et accès à l'AquaCenter (hammam, jacuzzi, sauna...)

Semaine Initiation Plus au golf

Semaine à thème du 26 juillet au 1^{er} Août 2010 ou du 15 au 21 août 2010

En partenariat avec le Golf Club des 2 Alpes



650 €

la semaine en
demi-pension

Objectifs : Vous faire découvrir et partager le plaisir de jouer au golf, grâce à une méthode simple et une pédagogie adaptée à tous.

Public : Juniors à partir de 15 ans et adultes

Programme :

2H30 d'activités golf par jour pendant 5 jours : les règles, l'étiquette, stratégie de parcours (9 trous), concours de fin de stage.

Tournoi de bridge les autres demi-journées

3 massages californiens dans la semaine, accès à l'AquaCenter (hammam, jacuzzi, sauna...) et à la piscine de l'hôtel-club.

5 séjours dans le cadre
exceptionnel du Parc
des Écrins

Hôtel club les Clarines - Les 2 Alpes

Semaine Rand'Évasions

Semaine à thème du 11 au 18 juillet 2010 ou du 8 au 15 août



482 €

la semaine en
pension complète

Programme :

3 journées de randonnées pédestres, avec pique-nique :
Le Parc National des Écrins, Lacs d'altitude, L'Oisans et ses alpages

3 demi-journées de Balades – découverte : botanique, flore, et paysages de montagne (Venosc, La voie romaine, Vallée du Vénéon entre autres)

Repas du terroir : Raclette, Tartiflette, Diot et ses crozes
Découverte des spécialités régionales

Tous les matins, réveil musculaire

En fin d'après-midi, jeux aquatiques dans la piscine de l'hôtel

Possibilités d'accès à l'Aqua Center (hammam, jacuzzi, sauna...)

Possibilités de massages californiens ou réflexologie plantaire
(2 fois dans la semaine)

Semaine Sensations Extrêmes

Semaine à thème du 18 au 25 juillet 2010 ou du 1er au 8 août



650 €

la semaine en
pension complète
pour votre ado

Des émotions, de la découverte... du pur bonheur !

Accompagnez votre ado : Pour lui, des sensations extrêmes; pour vous, du calme et un cadre sécurisant.

Programme :

1 journée VIA FERRATA – Randonnée
1 journée Luge d'été et découverte du Glacier
1 journée à l'Aventure Parc
1 journée Parapente
1 journée Canyonning
1 journée Rafting

Accès aux activités sportives collectives de la station des 2 alpes.
Accès à la piscine de l'hôtel.

294 € la semaine en demi-pension pour l'adulte accompagnant
126 € pour l'enfant accompagnant *

**pas d'accès aux activités « sensations » mais Aquacenter (jacuzzi, hammam, sauna), piscine de l'hôtel, et le programme (facultatif) des animations journées et soirées. (300 € en Pension complète).*

5 séjours dans le cadre
exceptionnel du Parc
des Écrins

Hôtel club les Clarines - Les 2 Alpes

Semaine VTT Sensations

Semaine à thème du 15 au 19 juin 2010 dans le cadre du Mondial du VTT – Mountain Bike
Semaine dans le cadre du 16 au 20 Août 2010 pour la finale ENDURO SÉRIES



710€

la semaine
tout compris
(possibilité
location matériel
sur place)

Marche nordique. Présentation des randonnées de la semaine

Descente VTT : La Fée – Les Demoiselles pour la demi-journée.

Assister au départ de la MAVIC FREE TRAIL sur le Glacier à 11H

Salon Outdoor du VTT : présentation des nouveautés, démonstrations VTT

La FREE RAID DECOU'VERTE

Départ à 10H pour la journée. Assister à l'arrivée de la Free Raid Classic VTT Mag

Rando VTT en matinée avec déjeuner à 13H avant le départ.

Ce programme peut être modifié en fonction de l'organisation sur place

Tous les matins, réveil musculaire.

A partir de 16H, possibilité d'accès à l'Aquacenter (sauna, hammam, jacuzzi)

Accès libre à la piscine de l'hôtel

Nota : Pour la semaine du mois d'Août, le programme tiendra compte de l'ENDURO SERIES et/ou sera remplacé par des randonnées VTT de niveaux variés en difficultés techniques, dénivelés.



Destinations Ailleurs

Les Florans-84410 BEDOIN

Tél : 04.90.65.60.10

Fax : 04.90.12.80.87

Mail : contact@destinations-ailleurs.com

www.destinations-ailleurs.com

5 séjours dans le cadre
exceptionnel du Parc
des Écrins