

LES RENDEZ-VOUS TRAIL

Isola 2000



Date / Lieu

Tous les mercredis (juillet/août) à Isola 2000

Format

3h d'activité (matin ou soirée selon l'atelier)

Public

Adultes tout public (de l'initiation au niv. confirmé)
Entre 3 et 10 participants

Tarif

30 à 40€ par personne*
**selon la thématique choisie*

*Une sortie trail conviviale
pour s'initier ou progresser*

Inscription obligatoire

sophiemartinsfelix@gmail.com / 0670680424

Matériel à prévoir

Chaussures de trail, sac de trail ou ceinture, eau (min 1L), un petit ravitaillement, une frontale (*pour l'atelier trail nocturne uniquement*), une veste imperméable*, casquette/lunettes/crème solaire*.

**Selon la météo*

AZURTRAIL

chullanka
spécialiste outdoor montagne et vélo

isola
2000

 Guides Tinée
MERCANTOUR

LES RENDEZ-VOUS TRAIL

Isola 2000

Programme

été 2026

Chaque mercredi, rendez-vous à l'**office du tourisme d'ISOLA 2000**

Juillet

Mercredi 1er juillet

Trail & Yoga

Atelier Trail sur la thématique bien être. Des exercices de respiration et de posture lors d'une sortie trail complétée d'une séance de Yoga guidée par Onil

Horaires: 9h-12h30

Tarif: 40 € / pers.

Mercredi 8 juillet

Courir comme un chamois

Atelier Trail sur la thématique d'un travail technique de montée et descente

Horaires: 9h-12h30

Tarif: 30 € / pers.

Mercredi 15 juillet

Trail Nocturne

Sortie Trail coucher de soleil et nocturne

Matériel: Frontale obligatoire

Horaires: 20h30-22h30

Tarif: 30 € / pers.

Mercredi 22 juillet

Trail & Nutrition

Invitée spéciale: Maryline Nakache

Sortie Trail sur la thématique de la nutrition à l'effort.

Horaires: 9h-12h30

Tarif: 40 € / pers.

Mercredi 29 juillet

Trail & Yoga

Atelier Trail sur la thématique bien être. Des exercices de respiration et de posture lors d'une sortie trail complétée d'une séance de Yoga guidée par Onil

Horaires: 9h-12h30

Tarif: 40 € / pers.

CONDITIONS GÉNÉRALES DE VENTE

- Le règlement s'effectuera par lien de paiement en ligne ou sur place. Moyens de paiement acceptés : chèque, espèces, virement instantané. Facture sur demande.
- Les prix indiqués comprennent l'encadrement des sorties par des professionnels.
- Les prix ne comprennent pas les repas, ni le matériel, ainsi que les transports au lieu de RDV.

*Ce programme dépend des conditions météorologiques et le professionnel se réserve le droit de le modifier à tout moment en fonction des conditions météo, du niveau du groupe ou de tout autre élément jouant sur la sécurité du groupe. En cas d'annulation de sa part, la sortie sera intégralement remboursée.

LES RENDEZ-VOUS TRAIL

Isola 2000

Programme

été 2026

Chaque mercredi, rendez-vous à l'office du tourisme d'ISOLA 2000

Août

Mercredi 5 août

Courir comme un chamois

Atelier Trail sur la thématique d'un travail technique de montée et descente

Horaires: 9h-12h30

Tarif: 30 € / pers.

Mercredi 12 août

Trail Nocturne

Sortie Trail coucher de soleil et nocturne

Matériel: Frontale obligatoire

Horaires: 20h30-22h30

Tarif: 30 € / pers.

Mercredi 19 août

Trail & Nutrition

Sortie Trail sur la thématique de la nutrition à l'effort.

Horaires: 9h-12h30

Tarif: 40 € / pers.

Mercredi 26 août

Trail & Yoga

Atelier Trail sur la thématique bien être. Des exercices de respiration et de posture lors d'une sortie trail complétée d'une séance de Yoga guidée par Onil

Horaires: 9h-12h30

Tarif: 40 € / pers.

CONDITIONS GÉNÉRALES DE VENTE

- Le règlement s'effectuera par lien de paiement en ligne ou sur place. Moyens de paiement acceptés : chèque, espèces, virement instantané. Facture sur demande.
- Les prix indiqués comprennent l'encadrement des sorties par des professionnels.
- Les prix ne comprennent pas les repas, ni le matériel, ainsi que les transports au lieu de RDV.

*Ce programme dépend des conditions météorologiques et le professionnel se réserve le droit de le modifier à tout moment en fonction des conditions météo, du niveau du groupe ou de tout autre élément jouant sur la sécurité du groupe. En cas d'annulation de sa part, la sortie sera intégralement remboursée.