



# PLANNING SORTIES ACCOMPAGNÉES EN CANOË

NOMBRE DE PLACES LIMITÉ • RÉSERVATION EN LIGNE ET SUR PLACE

## BALADE EN CANOË À LA TOMBÉE DU JOUR

Découvrez l'Argens à la tombée du jour, embarquez pour une petite balade en canoë sur l'Argens en compagnie d'un animateur nature de l'Association S'PECE.

Une exploration au couché du soleil/ nocturne entre lac et rivière.



LES MARDIS  
8, 15, 22, 29 JUILLET  
ET 05 AOÛT

🕒 3H30/4H || PARCOURS ACCESSIBLE  
À PARTIR DE 7 ANS

RÉSERVATION OBLIGATOIRE

TARIFS : ADULTE : 30 € / ENFANT\* : 20 €

PROGRAMME | 📍 RDV : 18H  
À LA BASE DU ROCHER

DÉPART EN CANOË VERS 18H30

RETOUR À LA BASE VERS 21H30/22H

## SORTIE INITIATION CANOË-KAYAK

Partez en canoë-kayak avec votre guide Lionel pour une initiation à la pratique du canoë-kayak sur les eaux calmes de l'Argens. Il vous accompagnera pour une superbe sortie (sécurité, initiation, convivialité, anecdotes...).

Au programme des 2 heures : équipement, briefing, initiation à la pratique du canoë-kayak. Petite balade et jeux en canoë, baignades.



TOUS LES  
MERCREDIS  
EN AOÛT

🕒 2H || 4 SESSIONS : 9H-11H, 11H30-13H30,  
14H-16H, 16H30-18H30

RÉSERVATION OBLIGATOIRE

TARIFS : ADULTE : 25 € / ENFANT\* : 20 €

POUR QUI ? Enfants (à partir de 8 ans), adolescents, familles, couples ou solos voulant découvrir une activité nautique en toute sécurité et dans une ambiance conviviale.

## BALADE NATURE AU FIL DE L'EAU

Découvrez l'Argens en canoë d'une manière différente en compagnie d'un animateur nature de l'Association S'PECE. Au cœur de la zone Natura 2000, protégée pour sa faune et sa flore riches et sauvages, naviguez et voyagez dans ce milieu plein de vies et de surprises.



LES JEUDIS  
10 / 24 / 31 JUILLET  
ET 7 AOÛT

🕒 4H || PARCOURS ACCESSIBLE  
À PARTIR DE 7 ANS

RÉSERVATION OBLIGATOIRE

TARIFS : ADULTE : 30 € / ENFANT\* : 20 €

PROGRAMME | 📍 DÉPART : 9H  
DE LA BASE DU ROCHER  
RETOUR : 13H

CONTACT : 06 61 41 75 74 • [www.basedurocher.fr](http://www.basedurocher.fr)

Les horaires sont donnés à titre indicatif et sont susceptibles d'être modifiés, nous consulter pour en savoir plus.

\* TARIF ENFANT : DE 7 À 12 ANS