



ET ENCORE ...

SUR LE VILLAGE DES SPORTS NATURE : 6

- TEST DE MATÉRIEL GRANDEUR NATURE AVEC DECATHLON
et ses conseillers sport nature (matériel vélo, randonnée et nautisme)

DECATHLON
MONDEVILLE

PARTENAIRE 2018
de l'Office de Tourisme de la Suisse Normande

- PRÉSENTATION OFFICIELLE DU PREMIER TOPOGUIDE DE RANDONNÉE
PÉDESTRE SUISSE NORMANDE - CINGAL

Samedi 14 avril à 11h30 dans le village des sports nature

- PRÉSENCE DES ASSOCIATIONS ET PARTENAIRES SPORTS NATURE
- RÉPARATION ET ENTRETIEN VÉLOS AVEC LA MAISON DU VÉLO DU HOM

- SOLIDAIRE ET CONVIVAL :

LA RANDO ROSE (8km) : Une marche solidaire en faveur des Dragon Ladies.
Participation financière libre. Départ le dimanche matin à 11h00.



Randonnez à la carte
du 19 au 25 mai 2018

Sur les Pas de SO

SUR LES PAS DE SO "L'AVC : 7 jours pour sensibiliser et prévenir"
Présence de l'association dans le village des sports nature.

- EXPOSITION PHOTOS

Photothèque du Pôle ressource national des Sports de Nature. 12 clichés hauts en couleurs mettent en lumière les Sports de nature et la Suisse Normande !

- PROJECTION, ATELIERS, EXPOSITION :
Avec :

- Projection du film "Les rivières vivantes de Normandie" (ttes les heures)
- Découverte de la faune aquatique
- Expo "Normandie grands migrateurs"
- Diaporama "L'Orne : fonctionnement et enjeux" ...

SAM. de 14H à 18H
DIM. de 10H à 18H



SAM. de 14H à 18H
DIM. de 10H à 18H



ENTRÉE LIBRE - RESTAURATION ET BUVETTE SUR PLACE (Vente de tartiflette le samedi soir)

LE TRAIL DU CHÂTEAU GANNE 2ème édition
LA POMMERAYE

DIM. 8 JUILLET 2018

TRAIL SPORTIF - 18 KM
TRAIL DÉCOUVERTE - 8 KM
TRAIL DES BAMBINS - 1 KM

LES 7 ET 8 JUILLET - DEPART 15 H
RANDE DES APPRENTIS SORCIERS - 3 KM

Renseignements et inscriptions :
TRAILDUCHATEAUGANNE.COM

La Vélofrancette®
Au carrefour des vélo-routes européennes,
un itinéraire unique traversant la Suisse Normande
(ouverture de la portion Le Hom - Saint Rémy sur Orne début juillet 2018)

www.lavelofrancette.com

CHAMPIONNAT DE FRANCE + Course Open (non-licenciés)

Vendredi 13 avril 2018
■ Prologue nocturne (obligatoire)

Samedi 14 avril 2018
■ Raid Minimes (2003-2004) - 39 km
■ Raid Cadets (2001 - 2002) - 51 km
■ Raid Juniors (1999 - 2000) - 56 km

DEUX RAIDS ADULTES

Dimanche 15 avril 2018
■ Raid Sportif - 42 km
■ Raid Aventure - 56 km

Informations et renseignements :
<http://suisse-normandeleraid.jeblog.fr>

CHAMPIONNAT DE FRANCE DE RAID JEUNES FFTRI 2018
Thury Harcourt - Le Hom (Calvados)

Trail, VTT, C.O., Rappel, Kayak, Roller

Suisse LE Normande RAID

Calvados LE DÉPARTEMENT

Programmation susceptible de modification à la date d'impression du document.
Conception : OTSN. Merci de ne pas jeter sur la voie publique

SUISSE NORMANDE - CINGAL

14 & 15 AVRIL 2018

100% SPORTS NATURE
SUISSE NORMANDE

BASE DE PLEIN AIR DE THURY-HARCOURT - LE HOM

SAM 11H30-22H
DIM 10H-18H **Entrée libre**

PASSEZ EN MODE PLEIN AIR!

FESTIVAL MUSICAL DES VOIX VERTES
SUISSE NORMANDE LE RAID

Organisation et informations : Office de Tourisme de la Suisse Normande
www.suisse-normande-tourisme.com





SUR TERRE...

L'ensemble des activités (sauf mention contraire) sont accompagnées et au départ de la base de plein air de Thury-Harcourt - Le Hom

Rando itinérante "découverte de l'environnement" (2jours)
Randonnée pédestre nature Le Hom -> Clécy (20km)
Nuit au Camping des Rochers des Parcs (Le Vey)
Retour en canoë le dimanche (12km) Tarif : 20 €/pers.
Infos et réservation avant le 07/04 : T. 02.31.30.43.27

SAM. départ à 10H
DIM. retour vers 15H



"Musique verte sur la voie verte"

Confection d'instruments de musique à partir d'éléments naturels ramassés Sortie musique verte à pied ou en vélo (3 ou 6km) Apporter son matériel(casque, Vélo)
Infos et réservation avant le 14/04: T. 02.31.30.43.27

DIM. 10H (sortie vélo)
DIM. 14H30 (sortie pédestre)



LABYRINTHE D'ORIENTATION

Une course d'orientation originale à travers un parcours accessible à tous !

SAM. de 14H à 18H
DIM. de 10H à 18H



Tir à l'arc
Initiations avec les Archers Harcourtois

SAM. de 14H à 18H
DIM. de 10H à 18H



Pilates
Initiation en plein air

SAM. de 14H30 à 15H



Canicross
Courir avec son chien !
Initiations

SAM. à 14H30 et 16H30
(chiens en laisse)



Canicross
Sortie de 10km avec les compagnons à 4 pattes

DIM. départ à 14H
(chiens en laisse)



Roller
Sorties de 12 à 15km
Apporter son matériel (casque, rollers)

SAM. 14H30
DIM. 15H30



Randonnées accompagnées
Sorties de 8 à 20 km
SAM. 14H (12km) et 15H (8km)
DIM. 10H30 (8km) et 14H (8km)
DIM. 10H30 : rando journée (20km-apporter son pique-nique)



Géocaching
La rando connectée !
Circuits de 3 à 6 km

SAM. de 14H à 18H
DIM. de 10H à 18H



Randonnées VTT
Sorties de 10 à 15 km
Apporter son matériel (casque, VTT)

SAM. 14H et 16H
DIM. 10H



Randonnées cyclo
Sorties de 20 et 40 km
Apporter son matériel (casque, Vélo)

DIM. 10H et 14H30 (20km)
DIM. 14H30 (40 km)



Sport accessible
Balades en handbike et tandem

SAM. de 14H à 18H
DIM. de 10H à 18H



Course à pied
Circuit de 10 km
Avec l'association Courir à Thury

DÉPART DIM. à 10H



SUR L'EAU...

Rando canoë
Descentes de l'Orne.
Parcours de 7 ou 4 km

SAM. 14H30 (7km)
DIM. 10H30 (4km) et 14H30 (7km)



Défi kayak
Battre son record sur un simulateur de kayak

SAM. de 14H à 18H
DIM. de 10H à 18H



Canoë kayak
Stand up paddle
Initiations

SAM. de 14H à 17H
DIM. de 10H-12H et 14H-18H



Dragon boat
Embarquer et pagayer sur un drôle de bateau !

SAM. à 15H et à 17H
DIM. à 11H, 14H et 16H30



Kayak polo
Matches et démonstrations

DIM. de 14H à 16H



Pêche
Initiations ou simulateur
Participation : 1€

SAM. de 14H à 18H
DIM. de 10H à 18H



WATERLINE: une sangle tendue au-dessus de l'eau
Comment apprendre à marcher au-dessus de l'eau ?
Initiations et démonstrations gratuites.

Démonstrations : SAM. 15H et 16H30, DIM. 10H30, 12H30, 14H30 et 16H30
Initiations : SAM. de 14H à 18H, DIM. de 10H à 18H



DANS LES AIRS...

Escalade
Initiations sur mur artificiel.
Matériel fourni.

SAM. de 14H à 18H
DIM. de 10H à 18H



Simulateur de vol
et gonflage d'aile

SAM. de 14H à 18H
DIM. de 10H à 18H



Grimpe d'arbre
Ateliers de grimpe,
initiations

SAM. de 14H à 17H
DIM. de 10H à 12H



Slackline
Marcher sur une sangle d'un point à un autre

SAM. de 14H à 18H
DIM. de 10H à 18H



Tyrolienne
Descente de 45 mètres

DIM. de 14H à 18H



LÉGENDE :

G Gratuit

P Payant

Conseillé aux familles

Dès 8 ans - Savoir nager

Adultes uniquement



À CHEVAL...

En calèche
Promenades de 10 min.
2€ ad., 1€ enf. 6-14ans

SAM. de 14H à 18H
DIM. de 10H à 18H



Promenades à poney
Promenades de 10 min.
2€/pers.

SAM. de 14H à 17H30
DIM. de 10H à 17H30



A cheval
Randonnées au départ de l'Ecurie des Monts à Curcy sur Orne - Le Hom

DIM. 10H-12H confirmés (galop 3) 24€
14H-15H débutants à partir de 12ans 12€
Sur réservation - T. 06.79.76.29.38



LES TEMPS FORTS !

RAID MULTI-SPORTS FAMILLE

Une épreuve sportive pour toute la famille ! Au programme, un mix de 4 activités: Canoë, géocaching, tir-à-l'arc, escalade. 12€/équipe (1 ad. + 1 enf.)
5 €/pers. supplémentaire. Inscriptions : suisennormande-sportsnature.com

SAM. de 14H30 à 17H

DIM. de 10H à 12H et de 14H30 à 17H30



APÉRO-CONCERT & VÉLO CINÉMA EN PLEIN AIR

Apéro-concert dès 18h30, repas tartiflette (stand restauration), suivi d'une séance de cinéma sur écran géant à 20h30 : En équipe, on rit, on pédale, on se dépense pour voir le film ! Projection de "Jour de fête" de Jacques TATI (1h16)
N'hésitez pas à apporter sièges et plaids - Pas de réservation nécessaire



FESTIVAL MUSICAL DES VOIX VERTES

AU PROGRAMME :

FRED ATOME (Folk-blues) / samedi 16H30

NÉO ONE (Rock) / samedi 18H30

BAZAR & BÉMOLS (Chanson française swing) / dimanche 10H30 et 12H30

DOM FERRER (Blues) / dimanche 14H30

FRENCH SONG (Chanson française) / dimanche 16H30