



Club "La rando Caouaise"
Marche Aquatique Côtière

Renseignements et inscriptions aux sorties

UNIQUEMENT SUR LE SITE WEB : randocaouaise.fr -rubrique longe côte -

**Rendez-vous dans les locaux provisoires face au 1276 Boulevard Sizaire
CAYEUX-SUR-MER**

**Paielement uniquement
par carte bancaire
sur le site WEB**

► ► **ATTENTION : SE PRÉSENTER IMPÉRATIVEMENT ½ HEURE AVANT L'HEURE INDIQUÉE, POUR VOUS ÉQUIPER**

NOVEMBRE 2026	Heure de DÉPART	LONGE CÔTE LE CLUB FOURNIT GRATUITEMENT COMBINAISONS ET CHAUSSONS EN NÉOPRÈNE une activité à la fois sportive et ludique ouverte à tous <i>condition minimum SAVOIR NAGER et être à l'aise dans l'eau</i> NOVEMBRE & DÉCEMBRE les sorties sont toutes « ouvertes à tous » ***** Vendredi 1^{er} Janvier 2027 12H00 Sortie L.C. du Nouvel An Gratuit pour les Adhérents 10€ pour les extérieurs (règlement sur place) inscription par mail randocaouaise@gmail.com	DÉCEMBRE 2026	Heure de DÉPART
dimanche 1er novembre	10h00		mercredi 2 décembre	11h30
lundi 2 novembre	12h00		jeudi 3 décembre	13h30
mercredi 4 novembre	14h00		vendredi 4 décembre	14h30
vendredi 6 novembre	15h30		samedi 5 décembre Inscription par Mail 5€ minimum sur place	15h30
samedi 7 novembre	16h00		dimanche 6 décembre	16h00
samedi 14 novembre	9h00		lundi 7 décembre	16h00
dimanche 15 novembre	9h00		lundi 14 décembre	9h00
lundi 16 novembre	9h30		mercredi 16 décembre	10h00
mardi 17 novembre	10h30		jeudi 17 décembre	11h00
vendredi 20 novembre	14h00		vendredi 18 décembre	12h00
samedi 21 novembre	14h30		lundi 21 décembre	15h00
dimanche 22 novembre	16h00		dimanche 27 décembre	9h00
lundi 23 novembre	16h00		lundi 28 décembre	9h00
dimanche 29 novembre	9h00		mercredi 30 décembre	10h30
lundi 30 novembre	10h00			

CHOISISSEZ
VOTRE FORMULE

Baptême 15€

Après baptême
Séance
À 20€

CARTES
ABONNEMENT
5 Séances 80€

ADHÉSION ANNUELLE
Licence FFR
+
Cotisation
= 110€

**SPÉCIALE
TÉLÉTHON**