

Marche aquatique

Equipé d'une combinaison et de chaussures aquatiques en néoprène, de l'eau à la poitrine, c'est parti pour une randonnée aquatique au Trez Hir ou aux Blancs Sablons. La marche aquatique est une approche douce de la marche, de quoi se relaxer tout en profitant d'un cadre marin agréable !



Le choix de la plage sur laquelle se pratique la marche aquatique varie en fonction de la météo, de la marée, de la hauteur d'eau, de la houle, des vents dominants.

Au Trez Hir, le niveau de mi-marée est notre référence pour pratiquer sur une longueur de plage suffisante, sur un trajet sableux, avec ½ tour aux abords des roches à chaque extrémité. Cela dit, quand la hauteur d'eau est insuffisante au Trez-Hir et que le niveau de houle n'apparaît pas trop fort, la plage des Blancs-Sablons est choisie pour son cadre et sa longueur.

Informations pratiques

Jour de pratique : le jeudi à 17h hors saison et le samedi 10h toute l'année
1 - 2 km, environ 1h de marche au rythme de chacun

RDV au Trez-Hir (Plougonvelin), ou au parking des Blancs Sablons (Le Conquet)

- A l'année : inscriptions et programme à AGP (Association Gymnique de Plougonvelin) *site internet : plougonvelin.agp.free.fr*

- Au coup par coup : sur les créneaux AGP ou à la carte à **partir de 6 personnes**

Réservation obligatoire à Rando Mer : 06 71 20 65 03

Combinaison et chaussures aquatiques fournies par Rando Mer

Tarif unique

10€

Consommation ?
Aucune puisque tout se pratique à pied !

