



VENDREDI 15 MARS 2019

11h00 – 11h30

Grégory Rohart - I-TREKKING

Comment faire un sac à dos léger pour un trek d'une semaine ?

11h30 – 12h00

BUNGY PUMP

Découverte de la marche nordique

12H00 - 12H30

WE VAN

Comment préparer son voyage en Van en Norvège ?

14h00 – 14h30

SAVOIR FAIRE PLUS AVEC MOINS

Comment faire son kit de survie ?

14h30– 15h00

Les Pieds sur Terre

Atelier DIY : Créer son gel et sa boisson énergétique fait maison

15h00– 15h30

AKAMMAK

Vêtements de sport: comment marier confort, technicité et respect de l'environnement

15h30 – 16h00

Madame Voyage

Le VTT électrique, comment découvrir la nature d'un pays autrement?

16h00 – 16h30

La Fédération Française de Randonnée

Laissez-vous tenter par la marche nordique

16h30 – 17h00

José-Andrés PINTADO

REFUGIO DE MONTAÑA DE RIGLOS

La sécurité en montagne pour les randonneurs (cartographie, webcam, point d'informations)