



les merveilles
évasions
nature & bien-être

on vous promet
**Terres
&
Merveilles**

**Terres
&
Merveilles**

BAIE DE SOMME
PONTHIEU MARQUENTERRE
RÉSERVATION AU 33(0)3 22 23 62 65

Les sorties nature et bien-être vous sont proposées
tout au long de l'année par
l'Office de Tourisme Intercommunal
Ponthieu Marquenterre Baie de Somme.

Elles sont encadrées par notre sophrologue et notre guide nature
et se déroulent sur le territoire de la destination Terres & Merveilles.
Les sorties mycologiques sont assurées par la
Société linnéenne Nord Picardie.

Elles ont pour vocation de vous faire découvrir les
pépites naturelles et historiques du territoire
et de vous accompagner vers le bien-être
par des ateliers utilisant les techniques de la sophrologie,
discipline alliant respiration et relaxation.

Sur la plage, en forêt ou au cœur du marais,
la détente, l'observation et la sérénité
seront au rendez-vous !

INFORMATIONS ET RÉSERVATION DANS
VOTRE BUREAU D'INFORMATION TOURISTIQUE
OU AU 33(0)3 22 23 62 65



Samedi 20 juin - les oiseaux de la forêt de Crécy
9h - 8€ par adulte et 5€ par enfant

Vendredi 3 juillet - sophro détente sur la plage de la Maye
14h30 - 12€ tarif unique

Vendredi 10 juillet - rando découverte du marais de Long
14h30 - 8€ par adulte et 5€ par enfant

Mercredi 15 juillet - sophro détente à Long
14h30 - 12€ tarif unique

Jeudi 23 juillet - rando découverte de la forêt de Crécy
14h30 - 8€ par adulte et 5€ par enfant

Vendredi 24 juillet - sophro détente aux Jardins de Valloires
10h30 - 12€ tarif unique

Mercredi 29 juillet - retour aux sources en forêt de Crécy
14h30 - 12€ tarif unique

Lundi 3 août - sophrologie au crépuscule sur la plage du Crotoy
19h45 - 12€ tarif unique

Mardi 4 août - balade aux 10 ponts à Pont Rémy
14h30 - 8€ par adulte et 5€ par enfant

Mercredi 12 août - sophrologie à l'aube sur la plage du Crotoy
6h15 - 12€ tarif unique

Vendredi 21 août - à la découverte de la forêt de Crécy
9h - 8€ adulte et 5€ par enfant

Mercredi 26 août - sophro détente, jardins de l'Abbaye de St Riquier
9h - 12€ tarif unique

Jeudi 3 septembre - rando découverte de la baie de Somme
15h30 - 8€ par adulte et 5€ par enfant

Mardi 22 septembre - rando découverte de la baie de Somme
10h30 - 8€ par adulte et 5€ par enfant

Mercredi 23 septembre - sophrologie aux Jardins de Valloires
10h - 12€ tarif unique

Dimanche 18 octobre - sortie mycologique en forêt de Crécy
9h30 - 5€ par adulte et 3€ par enfant

Jeudi 23 octobre - rando découverte de la forêt de Crécy
14h30 - 8€ par adulte et 5€ par enfant

Vendredi 30 octobre - rando découverte de la forêt de Crécy
14h30 - 8€ par adulte et 5€ par enfant

Mercredi 4 novembre - sortie mycologique en forêt de Crécy
9h30 - 5€ par adulte et 3€ par enfant