



## Séjour AMBIANCE FAR WEST EN GIRONDE

A partir de 794 € / personne  
8 jours / 7 nuits en pension complète

Du 12/09 au 19/09/2026

VVF Lège Cap Ferret \*\*\*\* (Gironde)



La **danse Country**, souvent appelée « line dance », est pratiquée en ligne, à l'instar de beaucoup de danses folkloriques. Elle est également pratiquée en contra, en cercle ou en couple.

Vous **dansez sur tous les rythmes** et ils sont nombreux en country : la new country est la plus actuelle mais aussi rock, latino...

### VOTRE PROGRAMME

Chaque jour (matin ou après-midi), **venez enrichir votre répertoire de danses** et apprendre de nouveaux pas, grâce à des méthodes pédagogiques originales et conviviales.

A chaque séance, **3h de cours de danses nouvelles de différents niveaux** dont : 1h initiation débutants, 1 h novices, 1 h intermédiaires. L'autre demi-journée est consacrée aux **excursions pour découvrir** la région.

**1<sup>er</sup> jour** ► Arrivée en fin d'après-midi au VVF. Dîner et nuit.

**2<sup>e</sup> jour** ► **Matin : activité Country**

Déjeuner.

**Après-midi** : Balade pédestre « **Des Pins au Bassin** » - boucle autour de Claouey pour découvrir l'environnement. Départ du village, passage en forêt le long de la piste cyclable, quartiers résidentiels, traversée de la grande plage, découverte du Port, plage de Bertic et place du marché (durée : 2 heures – parcours : 5 km).

**Dîner et soirée animée**

**3<sup>e</sup> jour** ► **Matin : activité Country**

Déjeuner.

**Après-midi** : Libre, détente

**Dîner et soirée animée**

**4<sup>e</sup> jour** ► **Journée complète avec pique-nique : Le Porge et le Gemmage / Le Poumon vert (50 km A/R d'approche)** - Direction Le Porge pour la découverte du gemmage, technique ancestrale, qui consiste à blesser le pin pour en récolter le gemmage ou résine. Procédé utilisé pour la fabrication de produit d'entretien, peinture, vernis, produit de synthèse (parfum / caoutchouc). Démonstration, histoire, présentation des outils utilisés. L'exploitation de la résine fournissait du travail à un grand nombre d'artisans, du potier au forgeron pour les outils en passant par les employés de l'usine de distillation et les gemmeurs bien entendu, sans oublier non plus les chimistes et tonneliers.

Déjeuner sous forme d'un **pique-nique** sur place. Puis, randonnée pédestre à la découverte du circuit « le poumon vert » au cœur de la forêt landaise (durée : de 2 à 3 heures – parcours : de 8 à 12 km) Hors période de chasse (mai/juin).

**Dîner et soirée animée**





### 5<sup>e</sup> jour ► Matin : Activité Country

#### Déjeuner

**Après-midi : Cabane ostréicole et dégustation d'huîtres (15 km A/R d'approche)** - Envie de déguster et découvrir l'huître du Bassin d'Arcachon, nos ostréiculteurs vous accueillent dans un village ostréicole sur la presqu'île de Lège-Cap-Ferret et vous font découvrir leur métier. Dégustation d'huîtres à la cabane face au bassin.

**Dîner et soirée animée.**

### 6<sup>e</sup> jour ► Matin : Activité Country

#### Déjeuner

**Après-midi : Libre, Détente**

**Dîner et soirée animée.**

**7<sup>e</sup> jour ► Matin : Andernos les Bains (40 km A/R d'approche)** - Tous les vendredis matin, partez à la conquête des saveurs marines et de tous les produits terroir du sud-ouest à Andernos-les-Bains. Flânerie dans les rues commerçantes de la station et le long de la grande jetée... **Sans guide VVF.**

#### Déjeuner

**Après-midi : Activité Country**

**Dîner et soirée animée.**

### 8<sup>e</sup> jour ► Départ du VVF après le petit déjeuner.

**Le prix comprend :** hébergement, pension complète vin offert du dîner du 1<sup>er</sup> jour au petit déjeuner du dernier jour lits faits à l'arrivée, fourniture du linge de toilette, ménage de fin de séjour, accompagnement des excursions et des randonnées prévues au programme, accès aux équipements de loisirs du VVF, animation en soirée.

**Il ne comprend pas :** transport en voitures particulières sur place (carburant, assurances, péages, stationnement), frais de dossier, taxe de séjour à régler sur place, assurances.  
Minimum 30 personnes et maximum 35 personnes.

Conditions Particulières de Vente, descriptif, accès et coordonnées du VVF sur [vvf.fr](http://vvf.fr)  
L'ordre des sorties peut être amenés à être modifiés. Nous pouvons aussi être amenés à annuler le séjour si le nombre minimal de participants n'est pas atteint.

### VOTRE NIVEAU

**Activité country :** accessible à tous, débutants et pratiquants.

### TRANSPORT

Covoiturage

### INFOS PRATIQUES

**À prévoir dans vos bagages :**

#### Pour l'activité Country

- Vêtements amples et confortables
- Chaussures souples

#### Pour les randonnées

- Bâtons de randonnée (facultatifs), petit sac à dos
- Chaussures de marche adaptées
- Lunettes de soleil, crème solaire, stick à lèvres,
- Chapeau de soleil ou casquette
- Cape de pluie, veste (type polaire),
- Pour votre pique-nique : Gourde, deux boîtes hermétiques et couverts (VVF s'inscrit dans une démarche de développement durable et contribue à la lutte contre le gaspillage.)

### INFOS ACTIVITÉ COUNTRY

**Roxane COSTENOBLE : 06 48 12 46 80 - [roxane.pierre@orange.fr](mailto:roxane.pierre@orange.fr)**

**INFOS ET RÉSERVATIONS : 04 73 43 00 43 – [vvf.fr](http://vvf.fr)**



VVF, association de tourisme immatriculée  
IM063110010

Siège social : 8 rue Claude Danziger – CS 80705  
63050 Clermont-Ferrand Cedex 2