



Détente et Nature

Rando Restau 2025

La rando resto hivernale de Détente et Nature nous conduira cette année sur la commune du **Grau du roi** le dimanche 14 décembre 2025.

Après une randonnée matinale en proximité du site de l'**Espiguette** nous vous proposons un déjeuner agrémenté d'un spectacle de cabaret équestre.

Si vous voulez découvrir le restaurant qui nous accueillera et le contenu du spectacle, consultez le site suivant : <https://cabarets-equestres.fr/>

Le nom du restaurant est **Cabarets équestres de Camargue** (adresse : 1745 route de l'Espiguette - Le Grau du Roi).Le spectacle proposé se nomme **Fiesta équestre**. Il met en scène en musique des cavaliers gardians, des chevaux, des danses flamenco mêlant les traditions du cirque et de la Camargue.

En savoir plus sur la randonnée matinale.

Nous vous proposons, comme à chaque nouvelle édition, une marche matinale. Pas de dénivelé pour cette rando accessible à tous qui empruntera la la plage de l'Espiguette et les entiers à proximité.Le départ de la randonnée se fera du parking du restaurant **Cabarets équestres de Camargue**. Nous pourrons garer les voitures sur ce parking

En savoir plus sur le déplacement.

Nous vous proposons pour le covoiturage de vous rendre sur le parking du centre Intermarché de Prés d'Arènes face au magasin Mondial Tissus.

Le départ en covoiturage est fixé à 8h30. Le coût du covoiturage est de 4 € .

Coût et inscription

Cette journée est ouverte aux seuls adhérents de Détente et Nature et à leur conjoint ou accompagnant .

Le tarif du déjeuner ,spectacle compris, est de 50 € pour les adhérents et de 64 € pour le conjoint ou accompagnant .Le tarif de 50 € par personne est établi avec le restaurant sur une base de 50 participants .

Merci de vous inscrire :

- de préférence par **Hello Asso** via le site de Détente et Nature <http://detente-nature.fr/>
- ou avec paiement par chèque à l'ordre de Détente et Nature à remettre à un membre du bureau avec la fiche d' inscription ci -dessous.

Date limite d'inscription : dimanche 30 novembre 2025.

Pour toutes informations complémentaires sur l'organisation de cette journée vous pouvez contacter un membre du bureau de Détente et Nature ou par mail : detentenature34@gmail.com ou **téléphone** 06 25 39 09 90

MENU UNIQUE DU DEJEUNER dimanche 14 décembre 2025

Apéritif:

Sangria de bienvenue au rythme de la guitare .

Entrée:

Salade méditerranéenne .

Plat

Gardianne de taureau d'élevage et riz de Camargue.

Assiette de 3 fromages

Dessert : pâtisserie locale

Vin des sables gris et rouge (1/4 par personne)

Café

**FICHE D'INSCRIPTION – Rando Resto dimanche 14 décembre 2025
Cabarets équestres de Camargue - Grau du Roi**

NOM..... PRENOM

NOM..... PRENOM.....

Allergies alimentaires (barrer la mention inutile) : *Oui* *Non*

Si oui merci de préciser :.....

Vous souhaitez un repas végétarien : *Oui* *Non*

A joindre un chèque bancaire ou postal de 50 € ou de 64 € (tarif conjoint ou accompagnant) libellé à l'ordre de Détente et Nature..