

BESOIN DE DÉTENTE

09 h 00 – 11 h 30 : **ÉCLAT DE FORME**

Participez à une séance d'éveil musculaire sur la plage le matin. Découvrez également les cours de Pilates : Prise de conscience de votre corps et du fonctionnement de vos muscles, bienfaits assurés...

Un cours = 5 €/pers. pour un groupe de 15 à 30 personnes. Toute l'année



Et / Ou

09 h 00 – 11 h 00 : **PISCINE MUNICIPALE D'EAU DE MER CHAUFFÉE – VUE SUR LA PLAGE DE L'ÉCLUSE**

Détendez-vous à la piscine de Dinard et profitez de sa vue imprenable. Vous disposez également d'un espace forme, de saunas, et jacuzzis en eau de mer. Entrée = 2,30 €/pers. Toute l'année

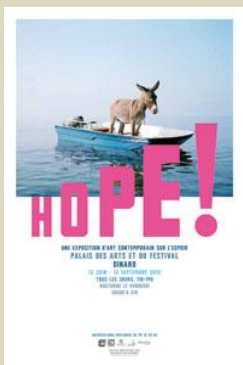
12 h 00 – 15 h 00 : **DÉJEUNER CROISIÈRE SUR LA RANCE**

Profiter du repas tout en vous laissant guider à la découverte d'une véritable mer intérieure, un site naturel avec sa faune, sa flore, ses étonnantes légendes et ses malouinières...

A partir de 65 € par personne



15 h 00- 16 h 30 : **EXPOSITION "Hope !"**



Exposition d'art contemporain sur l'espoir au Palais des Arts et du Festival du 12 Juin au 12 Septembre 2010. Cette exposition est un voyage initiatique pour explorer l'espoir à travers une soixantaine d'œuvres d'art. Venez la découvrir en quatre temps : la Genèse (la création), l'Exode (le déplacement), l'Apocalypse (la fin du monde) et la Grâce qui dénoue le fil de l'espérance dans une célébration spirituelle de l'artiste...

Contact au 02.99.46.50.63

17 h 00 – 19 h 00 : **JARDIN DU SOI, RELAXATION -**

Profitez de cet atelier de sophrologie pour vous détendre. Gérer son stress, être à l'écoute de soi, développer la conscience de façon à harmoniser le corps et l'esprit, en chassant peurs, angoisses et tensions

L'Office de Tourisme de Dinard n'est pas habilité à commercialiser.

Tous les renseignements et les prix présents dans la brochure sont donnés à titre indicatif et doivent être confirmés par devis auprès des professionnels. La responsabilité de l'Office de Tourisme ne peut être engagée.

OFFICE DE TOURISME – 2 boulevard Féart – 35800 DINARD

Tél. 02 99 46 94 12 – Télécopie 02 99 88 21 07

info@ot-dinard.com – www.ot-dinard.com

ANNÉE HORS JUILLET AOÛT : Du lundi au samedi de 9 h 30 à 12 h 30 et de 14 h à 18 h –

Fermé le dimanche du 15 octobre au 31 mars –

À PARTIR du 1^{er} AVRIL : Ouvert le dimanche et les jours fériés

de 10 h à 12 h 15 et de 14 h 15 à 18 h –

JUILLET ET AOÛT : Du lundi au samedi de 9 h 30 à 13 h et de 14 h à 19 h –

Le dimanche et les jours fériés de 10 h à 12 h 15 et de 14 h 15 à 18 h 30 –