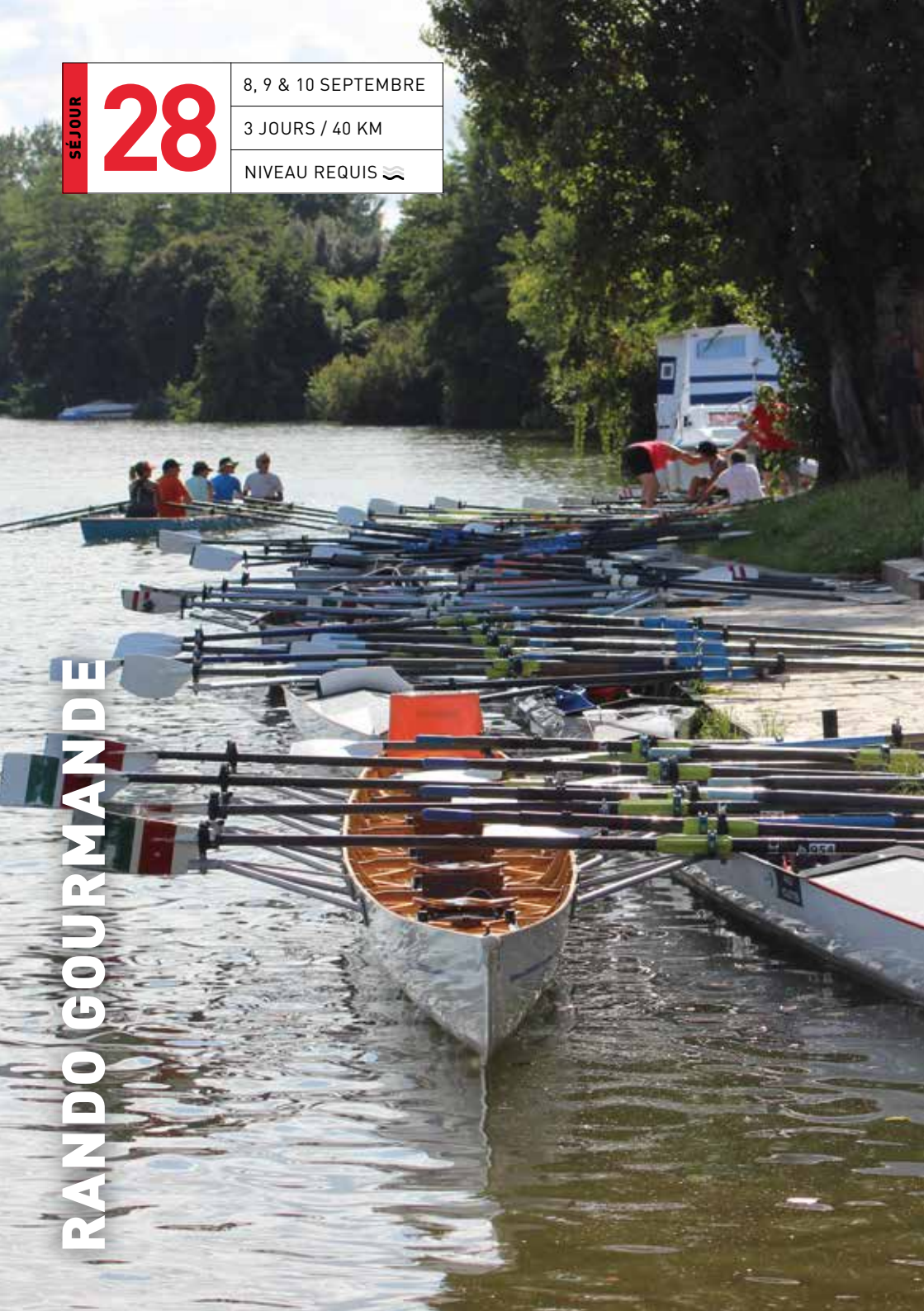


8, 9 &amp; 10 SEPTEMBRE

3 JOURS / 40 KM

NIVEAU REQUIS 

Le club Aviron Sainte Livrade a le plaisir de vous inviter à ramer sur le Lot dans sa large partie aval et amont. Dès le samedi, vous vous dirigez vers le confluent du Lot en Garonne en direction de Castelmoron-sur-Lot. Chaque méandre dévoile paysages et jardins enchanteurs. Après le Temple sur Lot, base d'entraînement de l'équipe de France et site olympique 2024, vous ferez demi-tour devant la jolie Marina de Port Lalande avant de rejoindre Castelmoron-sur-Lot, village typique de la région. Le lendemain, vous remonterez le Lot en direction de Villeneuve-sur-Lot, balade au fil d'une nature paisible. Sur sa fin de parcours, le Lot s'étale dans cette plaine qui se caractérise par une mosaïque de polyculture : légumes, céréales, tabac, noisetier... et le célèbre prunier d'Ente. Une équipe de bénévoles dynamique et à votre écoute vous propose une cuisine de terroir tout au long du week-end. Venez partager ce bel environnement et ces richesses locales dans la boutique éphémère du Club.

## PROGRAMME PRÉVISIONNEL

Accueil le vendredi à partir de 18h00 et dîner aux couleurs asiatiques (CAFI) à 20h00.

### JOUR 1

**08H30** Accueil des participants et café.

**09H30** Visite de producteurs locaux.

**12H30** Repas en plein air offert par le club.

**14H00** 14km : Ste livrade sur lot - Castelmoron (Aller/Retour) + halte gustative.

**19H30** Apéritif puis dîner au marché gourmand du Club et soirée animée.

### JOUR 2

**08H30** Petit déjeuner au club.

**09H00** Réunion, consignes de sécurité.

**09H30** 26km : Ste livrade sur lot - Bias (Aller/Retour).

**12H30** Apéritif puis repas au club.

 Le Lot

 yolette

€ **Rameurs** : OPTION 1 170 € avec hébergement, 2 nuits, 4 repas, 2 petit-déjeuners / OPTION 2 120 € avec hébergement, 1 nuit, 3 repas, 1 petit-déjeuner / OPTION 3 45 € sans hébergement, 1 repas, 1 petit-déjeuner  
**Accompagnateurs** : tarifs identiques  
**Location de sièges** : 100 sièges, 25 €

### AVIRON SAINTE LIVRADE

Fabien Parreil

07 83 52 49 64

randogourmande@avironsaintelivrade.fr

Informations et réservation par mail

### OFFICE DE TOURISME DE VILLENEUVE SUR LOT

05 53 36 17 30

### COMITÉ DÉPARTEMENTAL DU TOURISME DE LOT-ET-GARONNE

271, rue de Péchabout

BP 30158 47005 - Agen cedex

[www.tourisme-lotetgaronne.com/contact/](http://www.tourisme-lotetgaronne.com/contact/)

