

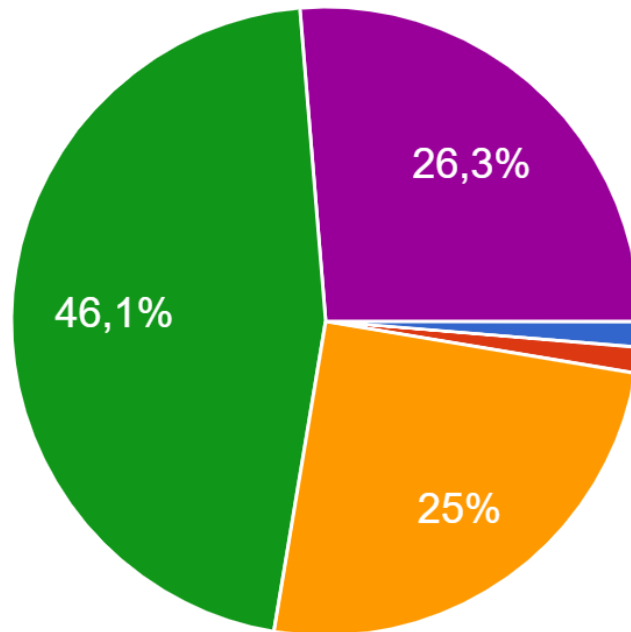


Les avis sur les activités de marche  
aquatique et côtière.



## Sont elles adaptées à vos attentes ?

76 réponses



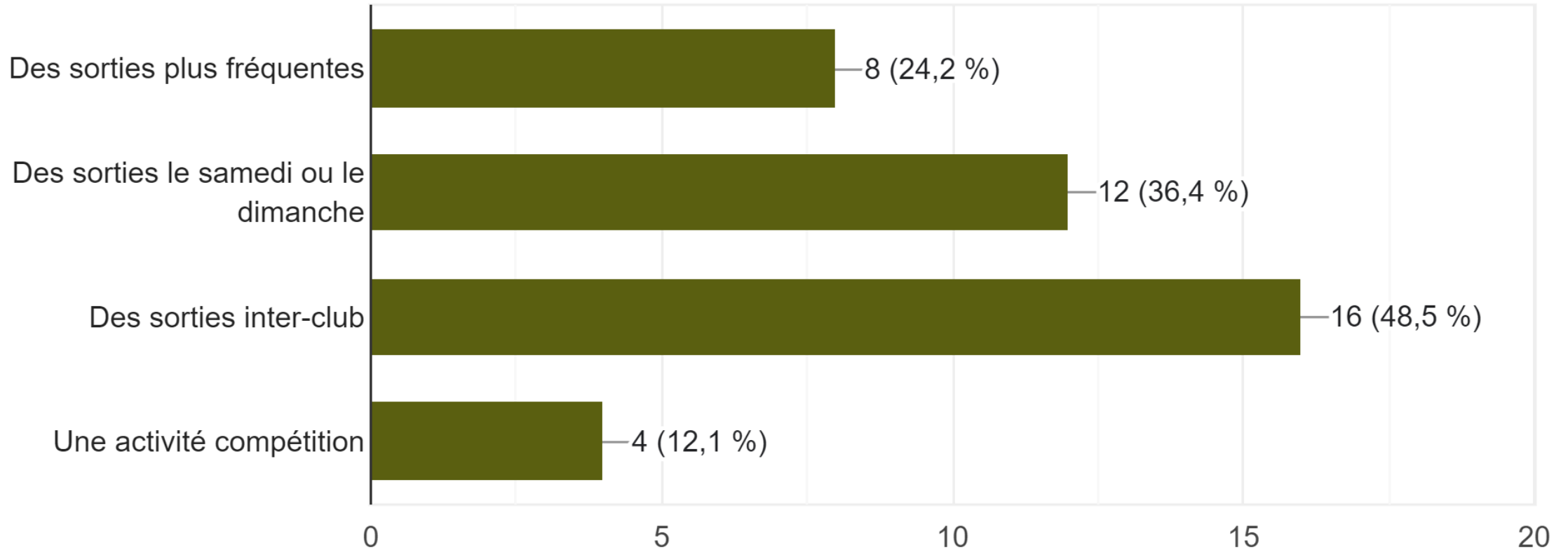
- Pas du tout adaptées
  - Plutôt pas adaptées
  - Plutôt bien adaptées
  - Complètement adaptées
  - Non concerné
- } \*

\* 2 randonneuses, 1 demande moins de sorties à Bréhec



## Quelles évolutions vous intéresseraient ?

33 réponses





Quelles sont vos suggestions ?

14 réponses

- Découvrir de nouvelles plages avec reconnaissances de sites et proposer de temps en temps d'autres sorties MAC aux longeurs. Essayer de composer des groupes plus physiques sans parler de compétition (Plus endurance, cardio...)
- Proposer une animation plus tonique pour un groupe lorsqu'il y a 2 sous-groupes
- Quelques sorties supplémentaires hors sites habituels. Genre la sortie à Trégastel le 26 avril. Mais à éviter pendant les vacances scolaires.
- Faire des sorties MA et randonneurs avec pique-nique. Voir si on peut faire une ou 2 sorties supplémentaires par mois pour des personnes qui veulent longer plus rapidement
- Comme il s'agit pour moi d'entretien des capacités physiques et d'agrément, la mise en place de niveaux ne me gêne pas, cela existe déjà pour les randos
- Club Cœur&Santé Paimpol (le Mercredi)
- Je suis pleinement satisfaite, je ne peux malheureusement pas être présente aussi souvent que je le souhaiterais ...!
- Créer un groupe endurance et tonique pour participer à des épreuves sportives, cela donne une dynamique pour l'association .



Quelles sont vos suggestions ?

14 réponses

- Moins de sorties à Bréhec
- Moins de sorties au vieux Brehec.
- Plus de sorties en fin de matinée ou en début d'après-midi et plus souvent à Launay si possible.
- Retrouver de temps en temps des groupes voisins.
- 2 ou 3 x dans l'année pratiquer hors Paimpol, la journée, ou un week-end ? Animer 10 minutes de postures yoga simples (souplesse, étirement, renforcement) avant la marche. (Quand je suis présente)
- Je pratique la Mac. Beaucoup Brehec .Je comprends c'est le plus bel endroit .Essayer de garder Launay et Ledano de temps en temps.
- Je souhaiterais que la séance de Brehec soit effectuée à Brehec plage comme auparavant et non au vieux Brehec !! Pour 2 raisons - Distance et l'accès à la plage





Seriez vous prêt(e) à contribuer à la mise en œuvre de ces suggestions ?

32 réponses

