



# Mai 2025



## LE PROGRAMME

## LES SPORTS

Randonnée  
Kayak / Canoé  
Activité nautique...

## LES EQUIPES

Plusieurs modalités de participation :

- Aux "défis éc'O solidaires" de la ville étape : pour l'ensemble des collaborateurs de l'entreprise ;
- Sur la traversée de l'Occitanie : équipe de 8 collaborateurs et 2 personnes en situation de handicap

### **DEPART au GRAU DU ROI le vendredi 16 mai 2025**

- Etape à la Grande-Motte (5km)
- Etape à Carnon (9km)
- Arrivée à Palavas-les-Flots (6km)

### **JOUR 2 : départ de Palavas-es-Flots le samedi 17 mai 2025**

- Etape à Vic la Gardiole (11km)
- Etape à Frontignan (8km)
- Arrivée à Sète (14km)

### **JOUR 3 : départ de Sète le dimanche 18 mai 2025**

- Etape à Marseillan (13km)
- Arrivée à Agde (16km)

### **JOUR 4 : départ d'Agde le lundi 19 mai 2025**

- Etape à Valras (15km)
- Arrivée à Narbonne (15km)

### **JOUR 5 : départ de Narbonne le mardi 20 mai 2025**

- Etape à Gruissan (12km)
- Arrivée à Port La Nouvelle (14km)

### **JOUR 6 : départ de Port La Nouvelle le mercredi 21 mai 2025**

- Etape à Leucate (14km)
- Etape à Le Barcares (16km)

### **JOUR 7 : départ de le Barcares le jeudi 22 mai 2025**

- Etape au St Marie de la mer (11km)
- Arrivée à Canet (14km)

### **JOUR 8 : départ de Canet le vendredi 23 mai 2025**

- Etape à Argeles (11km)
- Etape à Banyuls (15km)
- Arrivé à Cerbère (8km)