

AVIRON TREKS 2024

aventures partagées de rame

AVENTURES AVIRON



rameuses, rameurs : tous unis pour des treks d'exception



Sous réserve de modifications, suivez l'actualité sur https://riendanlo.net

Indices pour choisir vos destinations

Les treks sont co-organisés par l'ensemble des participants (environ 14 rameurs + éventuels accompagnateur.rices), il est impératif de savoir nager, d'être licencié(e) à la FF Aviron, d'être couvert(e) par une assurance personnelle de rapatriement et médicale.

En général, les bateaux n'ont pas d'assistance sur l'eau : c'est l'esprit d'aventure. Dans le cas de camping en pleine nature, les lieux de bivouac peuvent être parfois déterminés le jour même du parcours. Certains autres treks ne se font pas sous tentes.

Le transport entre la France et le lieu du départ du trek (et retour) est à la charge de chaque participant qui choisit librement son mode de transport (sauf exception) et peut éventuellement prolonger son séjour. Prévoir d'arriver au minimum la veille au soir et de partir le lendemain matin de la fin du trek. Quelques places passagers peuvent être proposées dans le véhicule tracteur des bateaux et dans d'éventuels véhicules d'autres rameurs : tenez compte de la durée du voyage par la route.

Un ou plusieurs stages de préparation sont prévus au Printemps, en France.

Niveau aventure

- exigeant : avoir une bonne condition physique et un mental solide.
- moyen : condition physique entretenue.
- facile : randonnée style FFA.

Météo (prévisions statistiques)

- froid : 0°C-12°C, humidité.
- tempérée : 12° à 22°C, humidité moyenne.
- chaud : 22°C ou plus, peu ou pas de pluie.

Type d'hébergements

- majorité de camping en pleine nature
- mixte camping et hôtels ou auberges
- hôtels ou auberges
- voilier, ou bateau à moteur

Repas

Ils peuvent être préparés par les participants, et/ou pris au restaurant, en fonction du budget et des circonstances (mode camping ou auberges/hôtels)

Sportif.ve, vous ne savez pas (encore) ramer, rendez-vous dans un club d'aviron et suivez des stages pour être prêt à participer.



Vogalonga

Venise - Italie









Venise accueille chaque année, près de 10000 participants pour cette célèbre randonnée rassemblant toutes sortes de bateaux à rame.
En 2024, la randonnée de 32 km aura lieu dimanche 19 mai.

Rendez-vous le vendredi 17 mai au soir à Venise sur le Lido (briefing à l'hôtel à 20h).
Dès samedi matin : préparation puis sortie sur l'eau, après-midi libre (Venise city, plages, vélo, etc).
Dimanche matin : randonnée puis l'après-midi : rechargement des bateaux puis un dîner avec les 4 équipages.

2 jours ➤ 40 km
(+bonus samedi)

€

dates : 17-20 mai 2024

Vogalonga





Tarif prévisionnel : 463 € * comprenant
- l'inscription à la Vogalonga,
- le siège,
- 3 nuitées d'hôtel-villa *** sur le Lido (petit déjeuner compris), l'établissement est situé à proximité des transports,
- le dîner du dimanche.

* Ne comprend pas : votre transfert à Venise et retour, les repas (sauf dimanche soir).


Hôtel de charme

2 yoles de mer, 2 yolettes de rivière



Côte et îles

Croatie région de Zadar

Voici un magnifique trek en Croatie dans la région de Zadar et ses parcs nationaux réputés sur l'Adriatique.
Un voilier 6 cabines suivra le trek et sera la base d'hébergement pour tout le groupe (sauf la veille du départ du trek).
Le parcours n'est pas déterminé à l'avance : prévoir entre 15 à 40 km de rame par jour en fonction de la météo. 11 rameurs maximum.
Un skipper local accompagne le groupe.









8 jours ➤ entre 140 et 200 km
les deux premiers jours de trek en voilier (pas de rame)

€€€

dates : 18-25 mai

Côte et îles croates







les 2 premiers jours, sortie en voilier, puis retour à Zadar pour départ à la rame.

En fonction de la météo, des sorties en voilier peuvent être ajoutées.

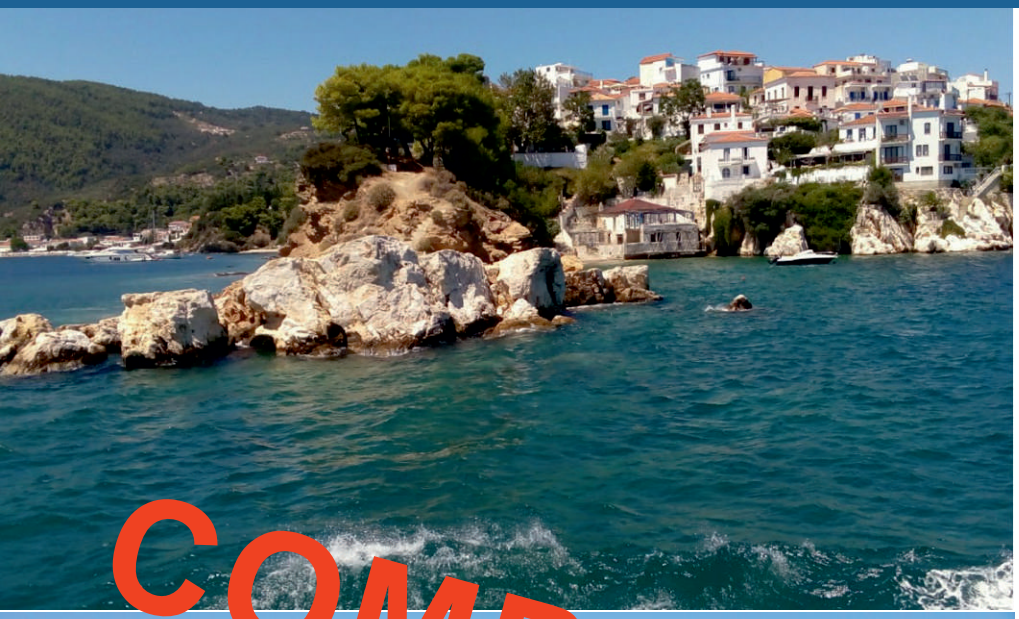
Les arrêts nocturnes : ports ou mouillages.

2 yoles de mer



Îles grecques

Grèce - Skiathos



COMPLET





Le parcours de rame se déroulera en fonction de la météo marine. Un voilier assurera l'hébergement et la sécurité sur l'eau.

Skiathos est célèbre pour ses plages aux eaux cristallines et au sable doré. Des plages populaires comme Koukounaries, Banana Beach et Lalaria Beach offrent des endroits parfaits pour se détendre.
L'île est un mélange de collines verdoyantes, de forêts de pins odorantes et de paysages côtiers pittoresques.
Malgré sa petite taille, Skiathos possède une histoire riche : églises orthodoxes, musées et sites historiques, notamment le monastère de Panagia Evangelistria, qui remonte au 18e siècle.
Les tavernes de Skiathos servent une délicieuse cuisine grecque, mettant en avant des plats traditionnels tels que le souvlaki, la moussaka et les salades grecques. Vous pourrez également savourer des produits locaux comme l'huile d'olive et le fromage feta.
Skiathos conserve une ambiance décontractée malgré son attrait touristique. C'est une destination idéale pour ceux qui cherchent à se détendre, à se ressourcer et à profiter du mode de vie insulaire grec.

8 jours ➤ entre 140 et 200 km
(2 sessions)

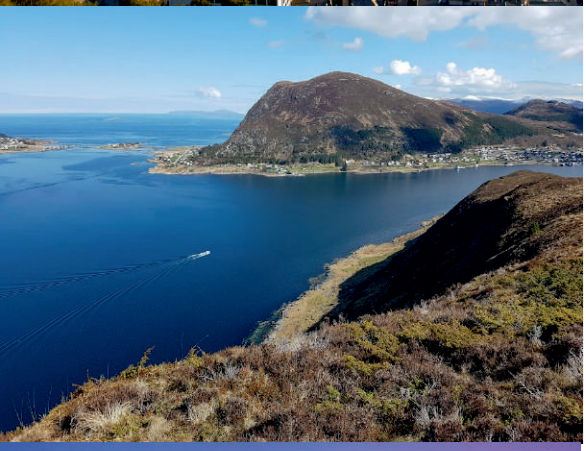
€€€

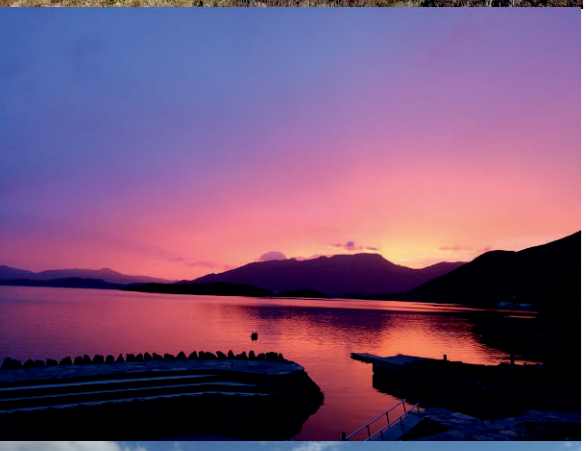
25 mai au 1 juin
1 au 8 juin

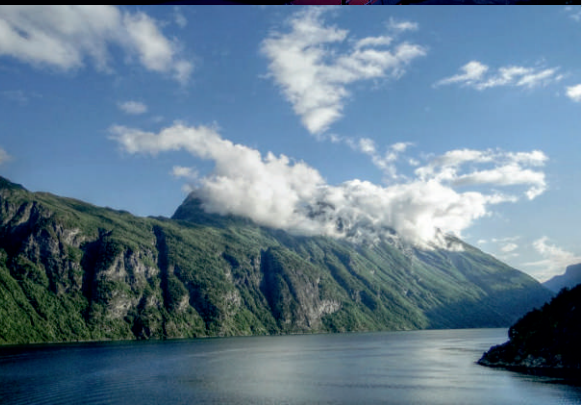
Geirangerfjord

Alensud à Geiranger - Norvège









Après deux treks aventure dans les régions nordiques de la Norvège, 2024 sera l'occasion de découvrir le sud du Nord et en toute quiétude avec des hébergements en auberge ou hôtels le « soir ».
Après 7 jours de rame, il sera possible de passer une journée de plus de trek à pied en montagne (programme à venir en option).

Départ d'Alensud, un port de pêche important de la région. La ville est renommée pour son architecture de style art nouveau.
Le parcours commencera par aller vers le large, serpentant autour de nombreuses îles, avant d'entrer dans un très long fjords aux multiples ramifications et entouré de montagnes.

La destination finale est Geiranger, un village touristique situé au pied du fjord Geirangerfjord (Patrimoine mondial de l'UNESCO). Elle offre quelques-uns des plus beaux panoramas au monde et a ainsi été déclarée « plus belle destination » en Norvège par le guide Lonely Planet.
Une partie de la route de montagne escarpée Trollstigen serpente dans le village et rejoint le belvédère de Flydalsjuvet, qui offre une vue sur le fjord. Les cascades du fjord, notamment les Sept Sœurs, le Suitor et le Voile de la Mariée, sont visibles en bateau.



7 jours ➤ 232 km €€€ **dates : 11 au 17 Juillet**

Geirangerfjord

COMPLET





Parcours de rame :

Jour 1 : 35 km
Jour 2 : 17 km
Jour 3 : 38 km
Jour 4 : 64 km*
Jour 5 : 28 km
Jour 6 : 29 km
Jour 7 : 21 km

* un changement de plusieurs rameurs aurait lieu à mi-chemin.
La période du séjour a été choisie en fonction des coefficients de marée.

« Situé au nord-ouest d'Oslo en Norvège, le fjord Geiranger s'étire sur près de 100 km depuis Alesund jusqu'au village de Geiranger et sa profondeur atteint les 600 m au pied de parois qui s'élèvent jusqu'à 1400 m d'altitude. Ici la nature s'exprime dans toute sa majesté. L'émeraude des eaux du fjord dans lesquelles se reflètent les cimes enneigées, le vert profond des conifères, les cascades scintillantes et les roches brunes des montagnes déploient mille couleurs au grès de ciels changeants et d'arcs-en-ciel.
D'une beauté à couper le souffle, le fjord Geiranger ravira tous les amoureux de la nature. Avec ses multiples cascades, ses montagnes abruptes et ses panoramas spectaculaires, le Geirangerfjord est l'un des joyaux de la Norvège.
Parmi les attraits du fjord Geiranger, les cascades constituent l'un des spectacles les plus prisés par les touristes venus visiter la Norvège. L'une des plus connues, surnommée le « Voile de la Mariée », prend l'apparence d'un voile blanc et translucide recouvrant délicatement le flanc de la montagne comme une longue traîne immaculée. Les puissantes cascades dites des « Sept Sœurs » se composent de sept chutes parallèles qui tombent à pic de la falaise sur 250 m de dénivelé. Impressionnantes ! Face à elles, le « Prétendant » semble verser des larmes de tristesse après sa cour infructueuse. »

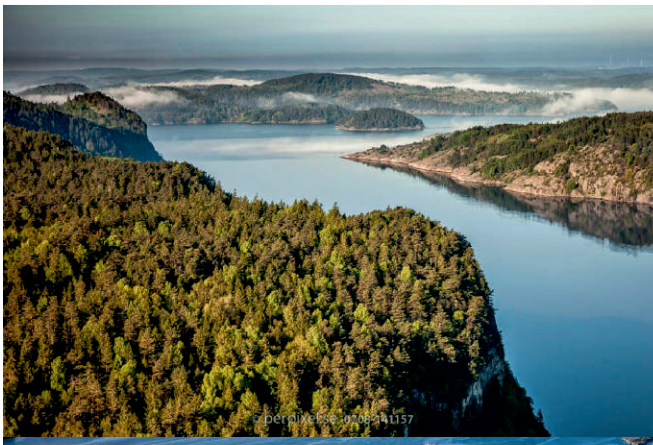
A noter que le village de Geiranger n 'abrite que 250 habitants.

3 yoles de mer

L'archipel de Göteborg

région de l'ouest - Suède











L'archipel de Göteborg est un véritable trésor naturel situé sur la côte ouest de la Suède, à proximité de la ville de Göteborg. Il est composé de plus de 20 000 îles, îlots et îles rocheuses, offrant un paysage côtier spectaculaire. L'archipel est une destination parfaite pour les amoureux de la nature avec des plages de sable, des falaises, des forêts denses, des sentiers de randonnée et une faune variée, notamment des oiseaux marins et des phoques.

C'est l'endroit idéal pour la voile, le kayak, la pêche, la baignade et... l'aviron en 2024 !

Certaines îles de l'archipel sont de véritables joyaux. Par exemple, l'île de Vrångö est connue pour ses maisons de pêcheurs colorées et son atmosphère paisible, tandis que Styrsö offre des plages magnifiques et une atmosphère détendue. Une étape y est prévue.

De nombreux restaurants locaux de l'archipel proposent une cuisine suédoise authentique, mettant en avant les produits de la mer, notamment des plats à base de poissons et de fruits de mer frais.

Certaines îles abritent des musées dédiés à l'histoire maritime de la région, vous permettant d'en apprendre davantage sur la vie des pêcheurs et l'importance de la mer pour la culture locale.

Les amoureux de la faune peuvent observer une variété d'oiseaux marins, notamment des sternes arctiques, des goélands et des cormorans, ainsi que des phoques curieux se prélassant sur les rochers.

L'archipel de Göteborg est une escapade idéale pour ceux qui recherchent la tranquillité, la beauté naturelle et une expérience authentique de la Suède côtière. C'est un endroit où vous pouvez vous détendre, vous reconnecter avec la nature et découvrir la culture maritime suédoise.

7 jours ➤ 163 km €€€ **dates : 20 au 26 Juillet**

L'archipel de Göteborg





Parcours de rame :

Jour 1 : 23 km
Jour 2 : 25 km
Jour 3 : 32 km
Jour 4 : 27 km
Jour 5 : 23 km
Jour 6 : 18 km
Jour 7 : 14 km

Le marnage est relativement faible même si les coefficients seront élevés pendant le trek.

Si vous souhaitez prolonger le séjour par la visite de Göteborg : c'est la deuxième plus grande ville de Suède ; elle offre de nombreux attraits touristiques intéressants. Voici quelques-unes des principales attractions de la ville :

- Le musée d'art (Göteborgs Konstmuseum) : Ce musée abrite une impressionnante collection d'art européen, avec des œuvres de maîtres tels que Rembrandt, Van Gogh, Monet et Picasso.
- Le quartier de Haga : Haga est un quartier pittoresque, célèbre pour ses maisons en bois du XVIIIe siècle, ses rues pavées, ses boutiques vintage, ses cafés et ses restaurants charmants.
- Le musée maritime (Sjöfartsmuseet) : Ce musée vous propose de découvrir l'histoire maritime de la Suède, avec une impressionnante collection de bateaux, de maquettes, d'objets et d'expositions interactives.
- Le jardin botanique (Botaniska Trädgården) : C'est l'un des plus grands d'Europe du Nord. Vous pouvez y explorer une grande variété de plantes et de jardins thématiques.
- Le marché aux poissons de Feskekôrka : Si vous aimez les fruits de mer, ne manquez pas ce marché couvert où vous pourrez déguster des plats de poissons et fruits de mer frais.
- Le musée Universeum : C'est un musée interactif qui propose des expositions sur la science, la nature, la technologie et l'environnement. Parfait pour les enfants et les adultes curieux.

3 yoles de mer



Archipel de Turku

Turku - Finlande







Naviguer dans l'archipel de Turku est une expérience véritablement unique qui offre une multitude d'opportunités pour les amoureux de la nature, les passionnés d'histoire et les voyageurs en quête d'aventure.

L'archipel est un véritable paradis pour les amateurs de paysages naturels. Avec ses milliers d'îles, ses eaux cristallines, ses forêts verdoyantes, ses plages isolées et ses falaises escarpées, c'est un endroit où la nature règne en maître. Les couchers de soleil sur la mer Baltique sont tout simplement à couper le souffle.

La navigation est une expérience à part entière. Les voies navigables sont bien entretenues.

La région est imprégnée d'histoire et de culture finlandaise. Vous trouverez de charmants villages de pêcheurs, des églises en bois pittoresques et des musées locaux qui racontent l'histoire de la région. C'est également l'endroit où vous pourrez goûter à des plats traditionnels finlandais, notamment du poisson frais pêché dans les eaux environnantes.

Les eaux de l'archipel abritent une variété de vie marine, des phoques aux oiseaux migrateurs.

En somme, ramer dans l'archipel offre une opportunité rare de découvrir la nature préservée, la culture riche et l'histoire captivante de cette région. Cet archipel vous séduira par son charme incomparable.



8 jours ➤ 30 km/jour €€ **dates : 29 Juillet au 5 Août**

Archipel de Turku





L'aventure est au rendez-vous !
Un bateau à moteur assurera le transport des tentes, bagages et nourriture (pas de voiture). Il n'y a pas de trajet pré-défini. En fonction du niveau de rame du groupe, il sera possible de faire des journées sur l'eau plus ou moins longue (*20 à 40 km en moyenne par jour*). Et pourquoi pas aller jusqu'à Mariehamn, en pensant qu'il faut revenir au point de départ.
La multitude de chemins possibles garantit une boucle de paysages changeants.



Pour prolonger le séjour : Turku est une ville majeure de Finlande, située sur la côte ouest du pays, au bord de la mer Baltique. C'est la cinquième plus grande ville de Finlande et l'une des plus anciennes, avec une histoire riche remontant à plus de 700 ans. Elle est connue pour son patrimoine culturel, ses institutions éducatives prestigieuses, son ambiance maritime, ainsi que pour ses festivals et événements culturels.

3 yoles de mer

à la découverte de la Sardaigne

Sardaigne - Italie

L'archipel de la Maddalena, situé sur la côte nord-ouest de la Sardaigne, est un véritable joyau. Composé de sept îles principales – La Maddalena, Caprera, Spargi, Santo Stefano, Budelli, Santa Maria et Razzolli – et d'une soixantaine d'îlots rocheux, il offre un paysage d'une beauté à couper le souffle.

Des eaux cristallines et des plages paradisiaques : Le littoral de l'archipel s'étend sur 180 km de côtes. Imaginez des criques cachées, des anses aux eaux turquoise et des plages de sable blanc immaculé. Les nuances de bleu et d'émeraude vous laisseront sans voix.
Des rochers granitiques sculptés par le vent : Les formes insolites des rochers, façonnées par les éléments, ajoutent une dimension mystique au paysage côtier. Le maquis luxuriant en arrière-plan crée un décor digne d'un tableau.
L'archipel de la Maddalena est un terrain de jeu idéal pour les « avironneurs » aventuriers. Les eaux claires abritent une faune marine riche et diversifiée.
Un patrimoine historique et culturel fascinant : Des personnalités telles que Napoléon, Horacio Nelson, Giuseppe Garibaldi et bien d'autres ont laissé leur empreinte sur ces îles. Explorez les vestiges de l'histoire et imaginez les récits qui se cachent derrière chaque pierre.
En 1994, l'archipel de la Maddalena a été déclaré parc national géomarin. Il est l'un des plus préservés d'Italie. La faune, qu'elle soit terrestre ou marine, y prospère en toute quiétude.
En somme, l'archipel de la Maddalena est un hymne à la nature, à l'histoire et à la tranquillité. Cette région vous enchantera à coup sûr.

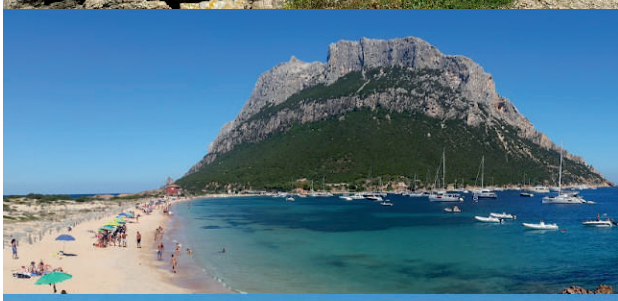
Le trek s'achèvera du côté de l'Ile de Tavolara, un trésor naturel, majestueux massif de calcaire qui se dresse fièrement au-dessus de la mer, formant un colosse de 560 mètres de hauteur et s'étendant sur quatre kilomètres. Ses rochers escarpés et sa verticalité impressionnante en font un spectacle à couper le souffle.
Tavolara est célèbre pour être le plus petit royaume au monde. Selon la légende, le roi Charles Albert de Savoie, en quête des légendaires chèvres aux dents d'or (probablement jaunes à force de manger de l'hélichryse), nomma son unique habitant, Paolo Bertoleoni, roi de l'île. Les descendants de Paolo sont toujours les seuls résidents (et gardiens) de Tavolara.
Tout le territoire est parsemé de maquis méditerranéen, où se distinguent l'hélichryse jaune, le géranium sauvage et une campanule appelée "Stellina di Tavolara" (la petite étoile de Tavolara).
Tavolara est également connue pour son festival de cinéma. Son histoire est liée au roi légendaire et à la présence de ses descendants.
Tavolara est un lieu où la nature sauvage se mêle à la légende, où les montagnes rencontrent la mer, et où chaque recoin raconte une histoire.

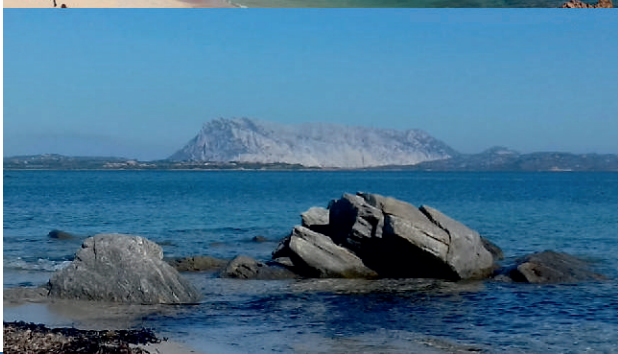
Embarquez pour une aventure inoubliable dans ce coin de paradis italien.











7 jours ➤ 140 km €€€ **dates : 19 au 25 Octobre**

à la découverte de la Sardaigne

La météo au nord-est de la Sardaigne mi-octobre peut varier, mais généralement, elle est caractérisée par des températures agréables et des conditions météorologiques généralement ensoleillées. Les températures maximales peuvent osciller autour de 20 à 25°C pendant la journée, tandis que les températures nocturnes peuvent baisser légèrement, se situant généralement entre 15 et 20°C. Il est possible qu'il y ait des averses occasionnelles, mais elles ne sont pas très fréquentes à cette période de l'année.
Généralement, le vent peut être modéré à cette période de l'année, avec des rafales possibles, surtout près de la côte. Les vents dominants dans cette région sont souvent de direction nord-ouest à nord-est.

Les hébergements prévus sont variés et confortables (auberges, hôtels) très proches de l'embarquement/débarquement des yoles.
Une nuit est prévue sur l'île Maddalena.

La configuration régionale permet de module les circuits nautiques.

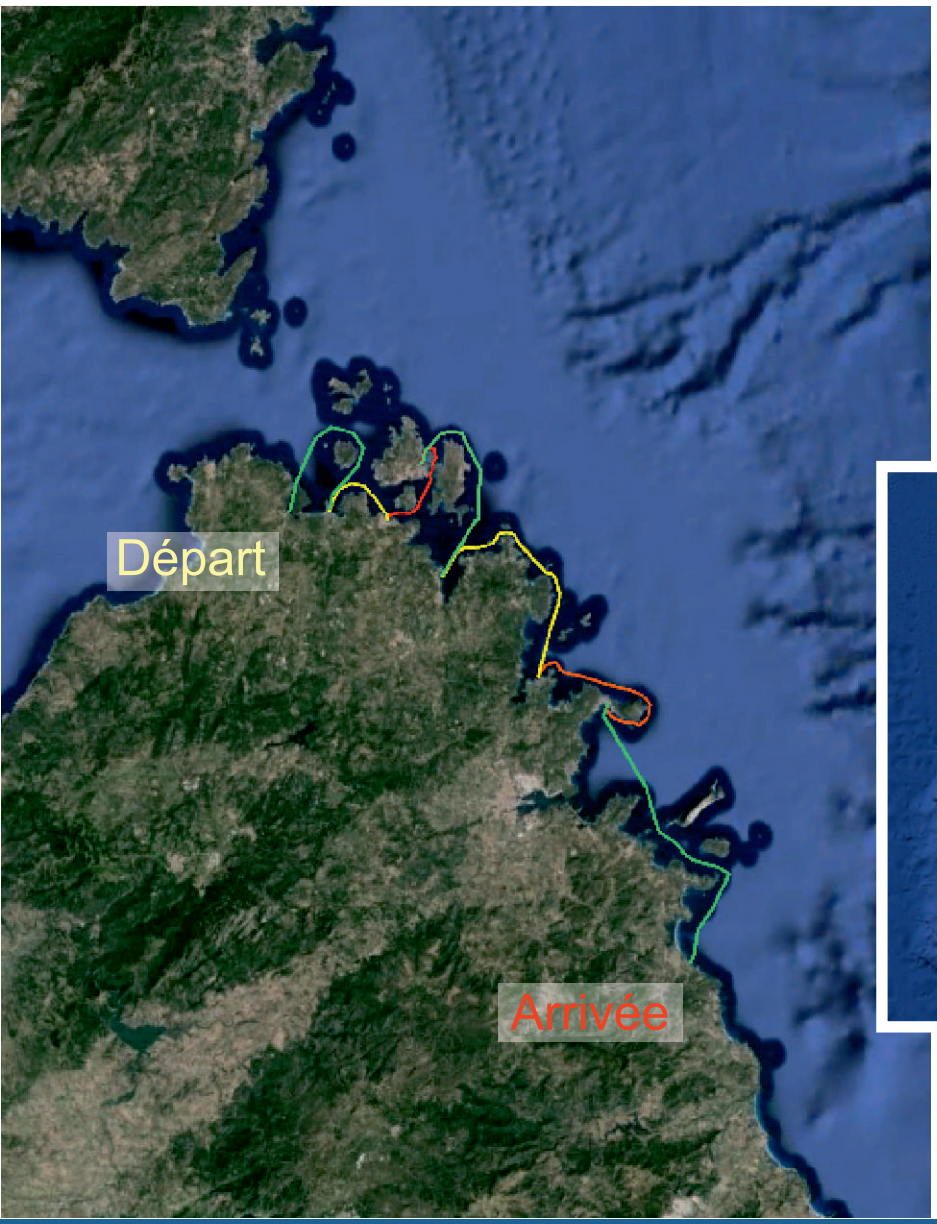


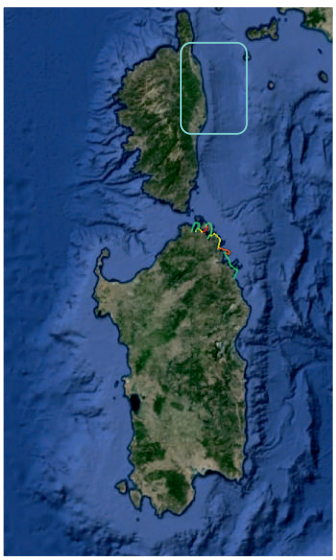




Parcours de rame :

Jour 1: 13 km*
Jour 2 : 9 km*
Jour 3 : 12 km*
Jour 4 : 21 km
Jour 5 : 25 km
Jour 6 : 20 km*
Jour 7 : 32 km
(*parcours minimal)



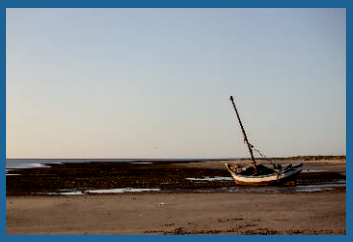


Ce premier trek en Sardaigne inaugure une série exceptionnelle pour découvrir cette région.

Si vous souhaitez porolonger votre séjour, un club d'aviron existe à Olbia (Circolo canottieri Olbia - Via dei Lidi 07026 Olbia SS), la ville proche de l'arrivée du trek (25 km environ). Olbia dispose d'un aéroport (Costa Smeralda).



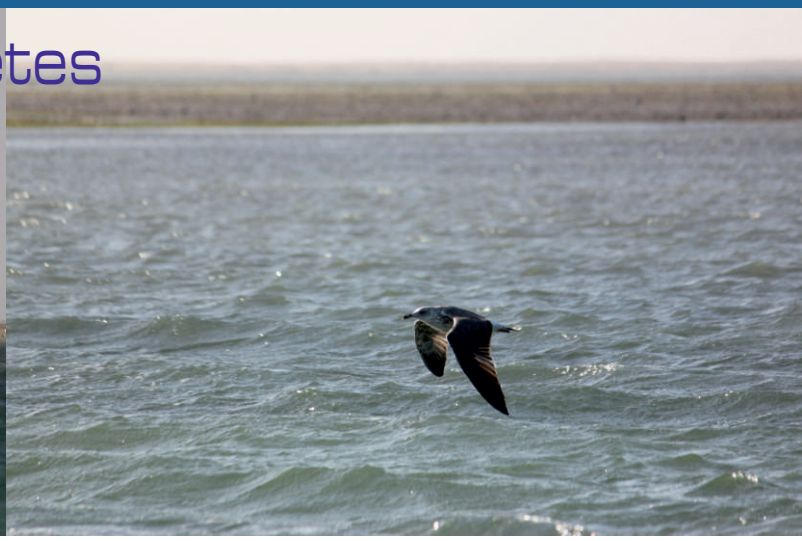
3 yoles de mer



Banc d'Arguin

Mauritanie

Le pays au million de poètes



Programme
en cours
d'élaboration

تجديف

مجذاف

صف



10 jours ➤ 300 km €€€ **dates : Octobre ou novembre 2025**

Banc d'Arguin







Ramer sur le Banc d'Arguin en Mauritanie est une expérience véritablement extraordinaire pour les amateurs de nature et d'aventure. Ce sera une première à l'aviron !

Le Banc d'Arguin est un site classé au patrimoine mondial de l'UNESCO en raison de sa biodiversité unique. Il abrite une incroyable variété d'espèces marines, d'oiseaux migrateurs et de mammifères marins. Vous aurez l'opportunité d'observer des dauphins, des phoques moines, des tortues marines, et des milliers d'oiseaux, dont des flamants roses et des pélicans.
Le Banc d'Arguin est l'une des zones côtières les mieux préservées d'Afrique. Les autorités mauritaniennes ont mis en place des mesures de protection strictes pour préserver cet écosystème unique, offrant ainsi aux visiteurs la chance de découvrir un environnement naturel dans son état le plus pur.

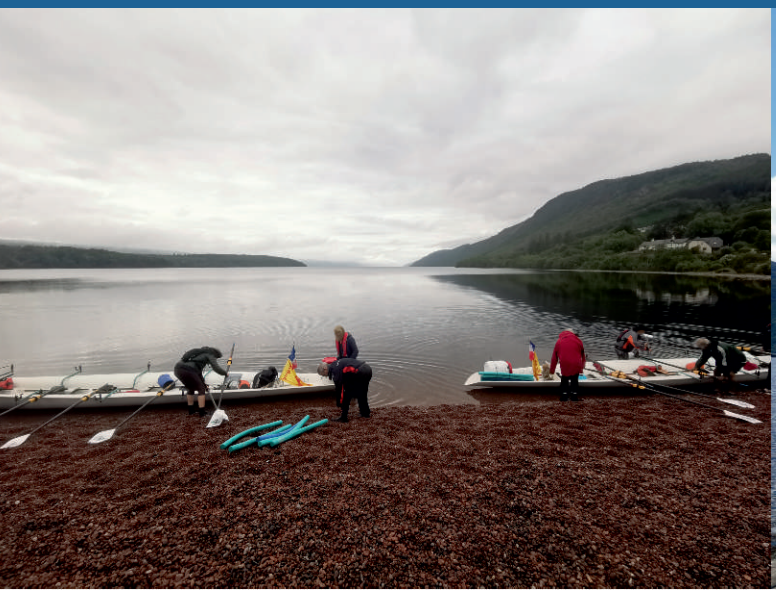
Des milliers d'oiseaux migrateurs font escale ici pendant leur voyage entre l'Europe et l'Afrique, offrant des opportunités exceptionnelles d'observation et de photographie d'oiseaux rares.

Les villages de pêcheurs qui bordent le Banc d'Arguin vous permettront de découvrir la vie traditionnelle mauritanienne. Vous pourrez interagir avec les habitants, en apprendre davantage sur leur culture, leurs coutumes et leur artisanat.

En plus de la vie marine et aviaire, le Banc d'Arguin présente des paysages de dunes de sable époustouflants. Vous serez enchantés par les jeux de lumière et d'ombre sur les dunes, créant des scènes à couper le souffle. Vous pourrez également participer à des sorties de pêche traditionnelle avec les habitants, ce qui offre une occasion unique de comprendre leur mode de vie et leurs techniques de pêche séculaires.

3 yoles de mer

Retour sur l'année 2023 :
quelques treks organisés au nord et au sud



Juillet et août : Canal Calédonien (Ecosse)



Juillet : Ile de Skye (Ecosse)



Mai : Zadar (Croatie)





Prépa'trek v4 (Niort)



Mai : Vogalonga (Italie)

Merci à tous nos partenaires pour le succès de ces treks.



Algarve 2025

Portugal





Au cœur de l'Europe méridionale, là où la terre se mêle à l'eau pour créer un paysage d'une beauté incomparable, se trouve un parcours à la rame qui enchantera tous les amoureux de la nature et des voyages authentiques. La navigation sur le fleuve Guadiana (frontière naturelle entre le Portugal et l'Espagne) et la découverte de la lagune de Formosa et de ses environs vous offrent une expérience unique, un voyage dans le temps à travers des paysages préservés et une richesse écologique exceptionnelle.
Le fleuve Guadiana est un trésor naturel qui vous invite à l'exploration. En descendant ses eaux tranquilles, vous découvrirez un mélange envoûtant de vallées verdoyantes, de villages pittoresques et de vues panoramiques à couper le souffle. La navigation sur le Guadiana offre une escapade paisible, rythmée par le doux clapotis de l'eau et le chant des oiseaux.

A proximité de l'embouchure du Guadiana, la lagune de Formosa s'étend comme une oasis de biodiversité. Cette réserve naturelle est un véritable joyau de la nature, abritant des marais, des dunes, des pinèdes et une variété incroyable d'espèces d'oiseaux migrateurs.



7 jours > 142 km €€ **dates : Octobre (vacances)**

Algarve 2025



Les plages de sable doré qui bordent la lagune de Formosa sont un endroit idéal pour se détendre et se ressourcer. Les eaux calmes et peu profondes sont propices pour ramer et se baigner.

Les villages de pêcheurs aux maisons blanchies à la chaux vous invitent à goûter à la cuisine locale et à vous imprégner de la culture authentique de la région. Laissez-vous tenter par les délices de la gastronomie portugaise et espagnole, et découvrez l'hospitalité chaleureuse des habitants.

Que vous soyez un voyageur en quête d'aventure, un amateur de nature ou un amoureux de la culture locale, la navigation sur le fleuve Guadiana et la découverte de la lagune de Formosa sont une expérience inoubliable qui vous laissera des souvenirs à vie. Partez à la rencontre d'une nature préservée et d'une atmosphère paisible, et laissez-vous porter par la magie de cette région exceptionnelle.

Face au succès de cette région en octobre, il faut réserver les hébergements presque 2 ans à l'avance.
Pour cette seconde édition, la fin du parcours a été modifiée pour profiter de la lagune le plus possible, et toujours une belle descente du fleuve au programme.

N'hésitez pas à bloquer votre place pour ce trek très apprécié pour toutes les raisons évoquées ci-avant.

3 yoles de mer

contact : christophe@riendanlo.net

Partenaires :

RIENDANLO.NET — Promotion de l'aviron

AVENTURES AVIRON

ROWING TREK — Fournisseur de 2 yoles Safran équipées de pelles «h» et leur remorque (https://rowingtrek.com).

ecotree — Compensation carbone des transports et déplacements.

Et bien sûr : les clubs d'aviron, marinas qui ont la gentillesse de nous accueillir lors de nos passages.

Combien coûte la participation à un trek ?

Comme il s'agit de projets communautaires, le budget est estimé et comprend : la logistique bateaux, les hébergements, les frais de nourriture et divers, Il ne comprend pas le transport A/R pour atteindre la région du trek ni les frais d'assurance rapatriement.

Légende des estimations de coût (hors transport/assurance) :

- € — entre 300 et 700 euros
- €€ — entre 700 et 1000 euros
- €€€ — entre 1000 et 1300 euros

Certains de nos partenaires logistiques acceptent les chèques vacances et les coupons sports. Pour tout renseignement : contact@riendanlo.net

Sous réserve de modifications : suivez l'actualité sur https://riendanlo.net