

Adventures in Lebanon

(71) 443323

- **ATV** de Faraya à Ouyoun Orghosh, le 10 juil.
- **Randonnée de nuit** de Kafar-akab à Sewye Machraa, le 16 juil.
- **Randonnée** à Bmohray, **randonnée** à Kartaba et **randonnée** de Hasroun aux Cèdres, le 17 juil.

Dale Corazon

(70) 986118

- **Journée** à Tyr, le 9 juil.
- **Randonnée** à Akoura, le 10 juil.
- **Randonnée** à Qadisha, Annoubine, Bcharreh et Zgharta, le 17 juil.

Liban Trek

(01) 329975

- **Trek** de Aqoura (Jbeil) à Ainata (Békaa), le 8 juil.
- **Trek** de Ainata à Camp Lezzab (Hermel), le 9 juil.
- **Trek** de Lezzab à Qammoua (Akkar) et randonnée à Qammoua, le 10 juil.
- **Randonnée** au crépuscule, le 16 juil.
- **Randonnée** à Baskinta, le 17 juil.

Visites insolites et promenades de 2h

- Caza de Jbeil, les lun.
- Saïda et Jezzine, les mar.
- Caza de Batroun, les mer.
- Caza du Chouf, les jeu.
- La Béquaa, les ven.
- Qadicha et les Cèdres, les sam.

Marché du livre

Colonel, Batroun, les 9 et 10 juil., de 17h00 à 23h00

Ce marché du livre organisé, comme le veut la coutume, par BookYard, consiste

à vendre, à acheter et à échanger des livres anciens et usagés. Des activités et des ateliers sont également au programme.

Promax Adventures

(03) 955642

- **Randonnée** à Dalboun, le 10 juil.

Vamos Todos

(03) 917190, (79) 115001

- **Cueillette de cerises**, le 7 juil.
- **Escalade, descente en rappel et tyrolienne** à Baloo Balaa, le 9 juil.
- **Randonnée** au lac de Chawan, le 10 juil.
- **Randonnée** à Chahtoul, le 16 juil.
- **Randonnée** à Kornet el Sawda, le 17 juil.

We are Hikers

(03) 582084

- **Randonnée** à Jezzine, le 10 juil.

NE MANQUEZ PAS LE " PULSE 5K OR 1K " ANNUEL
LE DIMANCHE 31 JUILLET 2016 AU FAQRA CLUB DANS SA 7^{ÈME} EDITION
COURIR OU MARCHER 5K OU 1K POUR MYSCHOOLPULSE



L'occasion d'une très belle sortie familiale, pour une bonne cause, dans le cadre privilégié montagneux du Faqra Club, la course « **5K or 1K Walk or Run** » est organisée avec le support logistique du Beirut Marathon Association et de Faqra Club. C'est le principal évènement sportif de levée de fonds de Myschoolpulse.

Le principal objectif de Myschoolpulse est d'éviter tout décrochage scolaire pendant le traitement de la maladie, loin de l'école. En Juin 2015, 90% des élèves de Myschoolpulse ont réussi leur année scolaire !

Afin de soutenir sa mission, Myschoolpulse vous appelle à participer à la 7ème édition de sa course annuelle qui aura lieu le dimanche 31 juillet, 2016, au Club de Faqra.

Le tarif d'inscription à la course est de USD30 - par personne, et inclut : le dossard, les boissons, le déjeuner buffet ouvert après la course, et la garderie « Kids Activities » pour les enfants de 2-8ans dont les parents participent à la course.

Pour s'inscrire: - En ligne sur www.myschoolpulse.com

- ABC Achrafieh Niveau 2, du 7 au 28 Juillet, au stand Myschoolpulse
- Spinneys Dbayeh, Haymieh et Jnah, du 7 au 28 Juillet, au stand Service Clients.

Si vous souhaitez être chronométrés et éligibles aux prix, le délai d'inscription est vendredi 22 Juillet à 22h.

