

Adventures in Lebanon

(71) 443323

- **Spéléologie** à Rweiss, Akoura, randonnée au Nord, Bcharreh et randonnée à Rashaya el Wadi, le 26 juin

Dale Corazon

(70) 986118

- **Randonnée** à Maasser el Shouf, le 26 juin
- **Randonnée** à Jaziret el Araneb, le 3 juil.

Footprints Nature Club

(03) 876112

- **Randonnée au coucher du soleil** de Zaarour à Mrouj, le 25 juin

Liban Trek

(01) 329975

- **Randonnée** à Aqoura (Jbeil), le 26 juin

- **Randonnée** à Jbaa (Chouf), le 3 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 Béqaa, les ven.
- Qadicha et les Cédres, les sam.

Promax Adventures

(03) 955642

- **Rafting** à la rivière Assi, le 26 juin

Vamos Todos

(03) 917190,

(79) 115001

- **Randonnée** à Ouyoun el-Samak, le 25 juin
- **Rafting** à la rivière Assi, le 26 juin
- **Tour et Iftar** à Tripoli, le 1^{er} juil.
- **Fin de semaine** à Tyr, les 2 et 3 juil.

We are Hikers

(03) 582084

- **Randonnée** de Niha à Jezzine, le 26 juin



21

NE MANQUEZ PAS LE " PULSE 5K OR 1K" ANNUEL LE DIMANCHE 31 JUILLET 2016 AU FAQRA CLUB DANS SA 7^{ME} 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.

