

# Tourism Training Conference Activity Choices

# Conférence sur la formation en tourisme Choix d'activités

Manitoulin Island  
September 26

Île Manitoulin, le  
26 septembre

## Option 1

### Kayak/Bike trip to Providence Bay Alvars & Yoga On The Rocks

2:00pm - 5:00pm at The Auberge Inn, Providence Bay  
Hosted By The Auberge Inn (Nathalie Gara-Boivin & Alain Harvey)  
Maximum Space: 10 Participants

Start out with a tour of Manitoulin Island's first and only hostel - The Auberge Inn in Providence Bay. Enjoy a trip by kayak or bike in the bay, to the Alvar shores where you will experience an hour-long gentle yoga session on the rocks. This session will be provided by Julia, an island yoga instructor, and will refresh your body and mind. If requested, you will then have the option of switching modes of transportation to return to the Auberge Inn.

Your Alvar Adventure ends with sampling some delicious homemade treats at the Auberge Inn hostel, including hummus and the Inn's signature eggplant dip. For this activity, you must be in moderately good physical condition, but yoga experience is not required. Wear comfortable clothing (you may want to layer and bring warm clothing), bring a reusable water bottle and a change of clothes if you choose to kayak. Yoga mats will be provided.

## Option 1

### Voyage en kayak/à vélo jusqu'aux alvars de Providence Bay et Yoga sur les rochers

14 h – 17 h à l'Auberge Inn, Providence Bay  
Présenté par l'Auberge Inn (Nathalie Gara-Boivin et Alain Harvey)  
Espace maximal : 10 participants

Pour commencer, visitez l'Auberge Inn à Providence Bay – le premier et l'unique gîte sur l'île Manitoulin. Profitez d'une excursion à vélo ou en kayak sur la baie, jusqu'aux rives alvar où vous ferez une session de yoga détente d'une heure sur les rochers. Julia, instructrice de yoga originaire de l'île, vous offre une session qui vous revitalisera le corps et l'esprit. Sur demande, vous avez le choix de changer de mode de transport pour le voyage de retour à l'Auberge Inn.

Pour conclure votre aventure alvar vous goûterez aux délicieuses gâteries maison au gîte Auberge Inn, notamment l'hoummos et la célèbre trempette à l'aubergine. Pour participer à l'activité, vous devez être en relativement bonne condition physique, mais il n'est pas nécessaire de posséder de l'expérience en yoga. Portez des vêtements confortables (vous pourriez porter plusieurs épaisseurs et apporter des vêtements chauds), apportez une bouteille d'eau réutilisable et des vêtements de rechange si vous voyagez en kayak. Les tapis de yoga sont fournis.

## Option 2

### Legends of the Land Horseback Riding Tour & A Taste of Anishnabe Cuisine and Teas of Manitoulin

1:00pm - 4:30pm at the GSCT

Hosted By The Great Spirit Circle Trail &  
The Honora Bay Riding Stable  
Maximum Space: 8 Participants

Experience the majestic scenery of Central Manitoulin on horseback while learning about the native plants along the trail and listen to legends of the Anishnabe through your Anishnabe Tour Guide. On your return, you will have the opportunity to experience teas of the land and sample traditional foods harvested locally here on Manitoulin Island. Prepare your taste buds for an experience that is unforgettable.

## Option 3

### Ojibwe Traditional Craft & A Taste of Anishnabe Cuisine and Teas of Manitoulin

2:00pm - 4:30pm at the GSCT

Hosted By The Great Spirit Circle Trail

Open your mind to learning with this interactive craft-making workshop. Guests will experience the history and craftsmanship of making an Ojibwe Craft...a treasured keepsake to take home with you. Finish the afternoon with the opportunity to experience teas of the land and sample traditional foods harvested locally here on Manitoulin Island. Prepare your taste buds for an experience that is unforgettable.

## Option 2

### Randonnée équestre Légendes de la Terre, et Saveurs de la cuisine Anishnabé et Thés de Manitoulin

13 h – 16 h30 au GSCT

Présenté par Great Spirit Circle Trail et  
Honora Bay Riding Stable  
Espace maximal : 8 participants

Découvrez le paysage majestueux du centre de Manitoulin à dos de cheval tout en vous renseignant sur les plantes indigènes qui longent la piste et en écoutant les légendes des Anishnabé que vous raconte votre guide touristique Anishnabé.

Au retour, vous aurez l'occasion de goûter aux thés du terroir et de déguster les mets traditionnels d'aliments locaux récoltés sur l'île Manitoulin. Préparez vos papilles gustatives à découvrir des saveurs inoubliables.

## Option 3

### Artisanat Ojibwé traditionnel et, Saveurs de la cuisine Anishnabé et Thés de Manitoulin

14 h – 16 h 30 au GSCT

Présenté par Great Spirit Circle Trail

Ouvrez l'esprit à cet atelier d'artisanat interactif. Les invités découvriront l'histoire et le savoir-faire de l'artisan en fabriquant un objet artisanal Ojibwé... un précieux souvenir que vous pourrez rapporter à la maison. L'après-midi se termine avec l'occasion de goûter aux thés du terroir et de déguster les mets traditionnels d'aliments locaux récoltés sur l'île Manitoulin. Préparez vos papilles gustatives à découvrir des saveurs.

Please choose your Manitoulin conference activity as soon as possible, and inform Aline Taillefer at LAMBAC of your decision by

**September 7, 2011**. Spaces are limited - first come first serve!

Veillez choisir votre activité de conférence Manitoulin dans les plus brefs délais et communiquer votre décision à Aline Taillefer au LAMBAC

avant le **7 septembre 2011**. Les places sont limitées – premier arrivé, premier servi!

Georgian Bay Coastal Route  
Route côtière de la baie Georgienne

Canada

FedNor

Ontario

GEORGIAN BAY  
Country

Rainbow Country  
Travel Association

LAMBAC

LAMBAC  
A Community Futures Development Corporation  
Une Société d'aide au développement des collectivités



Greater Grand  
Sudbury  
www.sudburytourism.ca