

**Randonnées : Septembre/Octobre/Novembre/Décembre 2023**

**PROMENADE DU LUNDI APRES MIDI**

 Responsables : Ghislaine JOURDAIN 02.43.84.11.46 06.73.20.28.45

 Jean-Jacques DUREY 02.43.29.84.80 06.84.58.65.08

**Rendez-vous à 14h00**

Promenade le lundi après-midi soit à l’ARCHE DE LA NATURE, soit aux BORDS DE L’HUISNE

Rendez-vous parking de la **Maison de quartier Edith Piaf à 14h00** (face à l’Espal)

**MARCHE DU MARDI APRES MIDI**

Responsable : Gérard CHARBONNIER 02.53.41.28.53 - 06.33.13.94.73 – Email : gcha94@gmail.com

*Rendez-vous Parking Leclerc Fontenelles, route de Bonnétable (derrière station-service) –* **D*épart 13h30***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Date** | **Lieu** | **Lieu de départ** | **Kms** |
| 26 septembre | RUAUDIN | Place de l’église | 11 |
| 10 octobre | PRUILLE LE CHETIF | Près de l’église | 11 |
| 24 octobre | CHANGE | Carrefour de Bois Martin | 10 |
| 7 novembre | SARGE LES LE MANS | Place de l’église | 10 |
| 21 novembre | SAINT GEORGES DU BOIS | Place de l’église | 9,5 |
| 5 décembre | YVRE L EVEQUE | Aire bord de l’Huisne (départ rando) | 10,5 |

**MARCHE DU MERCREDI APRES MIDI**

- Chaque participant doit s’engager à organiser une marche.

- Pour participer, contacter l’un(e) des organisateur(trices) : Simone CAILLARD tél : 06,74,01,70,62

 Francine PHILIPPON tél : 06,80,47,43,80

 Robert COLLIN tél : 06,82,12,38,63

- Le programme sera envoyé par mail à chaque participant.

Rappel des règles de sécurité des marches **en groupes :**

* **Chaussures de randonnée indispensables, vêtement de pluie, bouteille d’eau, barres de céréales ou de fruits secs**
* Respecter la marche sur le bas-côté et à gauche et en file indienne sur la route
* Le marcheur en tête et celui en fin de groupe portent **obligatoirement un gilet jaune**
* Les marcheurs partent et arrivent ensemble, les plus rapides ralentissent ou font des pauses pour attendre les suivants. Ce sont les responsables qui règlent l’allure (**notre vitesse moyenne est de 4 km/h)**
* **Certificat médical à remettre à l’accueil à l’inscription.**