

## Randonnées : Janvier/Février/Mars 2024

### 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) – **Départ 13h30**

Date	Lieu	Lieu de départ	Kms
9 janvier	SAINT OUEN EN BELIN	Place de l'église	10,6
23 janvier	MONCE EN BELIN	Place de l'église	10
6 février	PRUILLE LE CHETIF	Place de l'église	10,5
20 février	SAINT GERVAIS EN BELIN	Place de l'église	12
5 mars	SAVIGNE L EVEQUE	Parking terrains de tennis	12
19 mars	DOLLON	Place de l'église	12

### 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.**