

## **Randonnée et petits pas**

Animateurs : Jean-Luc et Jean-Claude

La randonnée et ou la marche c'est :

- Profiter du contact avec la nature, et s'évader le temps d'une journée
- Prendre du temps pour vous et vous reconnecter avec vous-même dans le calme!
- Renforcer ou tisser des liens amicaux
- Bénéficier des effets insoupçonnés sur votre santé

L'animation «Randonnée» propose des parcours de 6 Km à 12 Km

L'animation «Petits pas» propose des parcours de moins de 6 Km

