

# MARCHES



- **Promenade de l'amitié** (8 à 10 kms en 2h30) : hebdomadaire le lundi de 13h30 à 16h30
- **Promenade « Bol d'air »** (5 à 6 kms en 1h30 à 2h) : hebdomadaire le lundi de 14h à 16h
- **Petites escapades natures** (1h sur du plat) : hebdomadaire le jeudi de 10h à 11h
- **Balade à la journée** : 1 fois par trimestre

## Animateurs :

- ☞ *Patrick (Promenade de l'amitié=*
- ☞ *Jany (promenade « Bol d'air »)*
- ☞ *Claude D. (Petites escapades natures)*
- ☞ *Patrick (balade à la journée)*