



## PLANNING GENERAL DES PETITES RANDOS du MARDI

Du 23 Avril 2019 au 18 juin 2019

Dates	Parcours	Lieu de départ de la rando	Covoiturage WT départ à	ou RV départ rando à	transport A/R	Animateurs
23-avr	Forêt de Launay - Le Cellier -	Parking à gauche rte de St Mars avant Pont de l'autoroute	8 h 55	9 h 15	6 kms	Hélène/Gilles H
30-avr	Coulées St Joseph LIRE	Parking à 100 m Rte de Bouzillé	8 h 40	9 h 15	50 kms	Jean-Yves/Guy
07-mai	Etang du Plessis	Parking 1er pont à gauche en venant de Thouaré	8 h 40	9 h 15	25 kms	Gilles C/Arlette
09-mai	Journée Château Gonthier	Note suit	8 h	9 h 30	170 kms	
14-mai	St Meen	Parking Camping d'Oudon	8 h 50	9 h 15	20 kms	Hélène/Colette
21-mai	Circuit des Marais - Hte Goulaine -	Maison Bleue près du Pont de l'Ouen - Basse Goulaine	8 h 30	9 h 15	55 kms	Jean-Yves/Colette
23-mai	Journée Parc de Maulévrier	Note suit	8 h		170 kms	
28-mai	Le Cerny	Parking du WT		9 h 15		Hélène/Paul
04-juin	La Gouachère	Parking Rdt Point de Mauves pour parking de la gouachère	8 h 45	9 h 15	20 kms	Gilles H/Hélène
11-juin	Riaillé + pique nique	Parking du Lavoir - Bourg de Riaillé -	8 h 30	9 h 15	58 kms	Jean-Yves/Gilles C
18-juin	Pierre Percée - Zone de Loisirs	Parking de la Zone de Loisirs	8 h 45	9 h 15	20 kms	Arlette/Hélène

ou Hélène 07.61.57.32.16 <--- Merci de prévenir en cas de retard car nous n'attendons pas  
ou Colette 06.31.93.23.07 <---  
ou Jean-Yves 06 73 36 59 73 <---  
ou Gilles C 06 23 60 70 88 <---

Co-voiturage conseillé au départ du parking William Turner .

Ou rendez-vous directement au lieu de départ de la rando. .

En marche nordique, une rando se compose d'une séance d'échauffements, de la marche proprement dite et d'une séance d'étirements.

Transport : Lorsque les distances atteignent 30 km/AR, participation de principe de 2€ par personne transportée pour le chauffeur. Au delà c'est à lui-même de juger.

**CONSIGNES DE SECURITE A RESPECTER : En groupe, on marche TOUS DU MEME COTE**  
**Traversée de route : ATTENDRE le groupe et traverser ENSEMBLE**

**L'ANIMATEUR OU L'ANIMATRICE EST RESPONSABLE DE SON GROUPE.**  
**IL OU ELLE SE RESERVE LE DROIT DE MODIFIER VOIRE D'ANNULER LA RANDO SI ELLE LE JUGE NECESSAIRE.**