LES RANDONNEES du LUNDI SAISON 2023-2024

Parking Lionel Bénier à Echiré (derrière l'espace socio-culturel)

Le lieu de RdV du départ de nos randonnées sera renseigné au fur et à mesure de la saison sur le site randoechire.fr en page accueil
Vous voulez des renseignements écrivez-nous, consultez notre site ou bien téléphonez à un animateur

Courriel : randoechire@gmail.com - Site internet www.randoechire.fr

En cas de vigilance Orange ou rouge par Météo France sur le département, toutes les sorties sont systématiquement annulées.

En cas d'indisponibilité d'un animateur ou en cas de mauvais temps, RANDO Echiré peut modifier son programme. Tout changement sera notifié sur notre site www.randoechire.fr

Votre référent pour le LUNDI	***Vous voulez avoir une information sur une randonnée le référent est à votre disposition***	**Josiane ROUGER**	**Tél 06.07.47.97.26**

LES ESSENTIELS : vous pouvez participer à nos randonnées tous les Mardis – Mercredis – Jeudis ou bien un à deux Lundis par mois toute la journée et à la Marche Nordique tous les Samedis matin

Le covoiturage : le conducteur sera indemnisé par ses passagers à hauteur 4,00 € le lundi pour la couverture des frais engagés

PROGRAMME DE NOS RANDOS DU LUNDI DE NOVEMBRE 2023 à OCTOBRE 2024

JOURS	DATES	Heure de départ	LIEU DES RANDONNEES	ANIMATEURS		Km approximatifs
LUNDI	13 nov 23	8h00	Saint Martin Lars 85	Jean Philippe et Martine BILLARD		23/24
LUNDI	11 déc 23	8h00	Latillé 86	Michel LEVEL		23/24
LUNDI	15 janv 24	8h00	Béceleuf	Philippe Raud		23/24
LUNDI	05 févr 24	8h00	Vallée de la Dive 86	Alain MAMERT		22/23
LUNDI	04 mars 24	8h00	Mellois	Dédé et Nicole VOIX		23/24
LUNDI	25 mars 24	8H00	Saint Roman les Melle 79	Jean Philippe et Martine BILLARD		23/24
LUNDI	08 avr 24	8h00	Boupère 85	Jacky AUBINEAU		23/24
LUNDI	22 avr 24	8h00	Saint Michel le Cloud 85	Caroline PICAU		23/24
LUNDI	13 mai 24	8h00	Ile de Ré 17	Jacques MARTIN		23/24
LUNDI	03 juin 24	8h00	Saint Laurent de la Prée 17	Jean Paul LECUNUDER		23/24
LUNDI	17 juin 24	8h00	Marais	Jacques MARTIN	JOURNEE GRILLADES ....à partir de 13 h 00 AVEC POT DE FIN D'ANNEE	14
Juillet et Août				**Trêve**		
LUNDI	02 sept 24	8h00	Béruges 86	Christian Ehret		23/24
LUNDI	23 sept 24	8h00	Ronce le Bains 17	Jacques MARTIN		23/24
LUNDI	14 oct 24	8h00	Sepvret 79	Michel LEVEL		23/24

L'EQUIPEMENT : Pour une sortie maximum d'une journée : Avoir de bonnes chaussures de marche qui enveloppent la cheville, des vêtements amples, éventuellement un vêtement de pluie, un sac à dos, une bouteille d'eau, fruits, fruits secs, barres énergétiques, etc...

PENDANT LA MARCHE : Respecter les règles de sécurité - Se désaltérer, ne pas s'écarter du groupe et signaler tous problèmes au(x) responsable(s). Le rythme est donné par l'animateur et c'est lui également qui fixe les pauses. On ne quittera pas le groupe sans le consentement d'un responsable de l'association qui vous conseillera sur l'itinéraire de repli.

CONSEILS PRATIQUES : Avoir dans son sac le nom et le numéro de téléphone de la personne à prévenir en cas d'accident

RANDO Echiré Mairie d'Echiré 79410 Echiré (www.randoechire.fr)
Association bénéficiaire de l'extension tourisme n° IM075100382 de la Fédération Française de la randonnée Pédestre (www.ffrandonnee.fr)

Association bénéficiaire de l'extension tourisme n° IM075100382 de la Fédération Française de la randonnée Pédestre (www.ffrandonnee.fr)