

jeudi	Lieu	Rassemblement	Départ	Km.	Nom	Parking rdv	Départ	Km. a/r
05/09/2024	COUTERNE (61)	Parking Gare	9h	13+8	L.HOUDAYER	p6 Décathlon	7h30	120 (4,5)
*****	Séjour à CHENONCEAU	du 10 au 13 Septembre 2024			Claudine BAUMONT			
12/09/2024	VILLEPAIL	Centre Bourg	9h	21,6 (dénivelé positif 390 m)	I.MESTRES	p6 Décathlon	7h30	120(4,5)
19/09/2024	ST JEAN/MAYENNE JOURNEE MULTI-ACTIVITES	Parking Rte de Montflours	9h30		D.ARMANGE	Infos à suivre		
26/09/2024	STE GEMMES LE ROBERT	Centre Bourg	9h	12	Y.PLANCHENAUT	p1 Bricomarché	8h	80 (3,5)
03/10/2024	ST AIGNAN de COUPTRAIN	Centre Bourg	9h30	10+10	A.PION	p6 Décathlon	8h15	120 (4,5)
10/10/2024	CHEMAZE	Parking de la Mairie	14 h	12	G.GARNIER	p2 Palindrome	13h15	65 (3)
17/10/2024	POUANCE (49)	Etang de St Aubin à Pouancé	9h30	22	R.MOTTIER	p3 La Jaunaie	8h15	110 (4)
24/10/2024	VACANCES SCOLAIRES	PAS DE RANDO						
31/10/2024	VACANCES SCOLAIRES	PAS DE RANDO						

Animateurs		
Nom	Prénom	Tél.Mob.
BAUMONT	Claudine	06 70 45 10 72
GARNIER	Gaston	06 43 88 24 62
GRENÈCHE	Chantal	06 67 25 39 29
HOUDAYER	Louissette	06 43 07 06 48
LANDEMAINE	Marcel	06 22 80 75 66
MARTIN	Jo	06 74 31 31 76
MOTTIER	Raymonde	06 30 84 32 20
MOUZER	Jacques	06 31 77 38 39
PION	Annie	06 85 80 19 39
Animateurs en Formation		
ARMANGE	Dominique	06 44 27 32 76
MESTRES	Isabelle	06 10 46 35 63
PLANCHAIS	Raphaël	06 23 82 33 11
PLANCHENAUT	Yves	06 22 37 79 37

PROGRAMME ETE 2024

Pensez à vous équiper en conséquence, chaussures montantes INDISPENSABLES et vêtements adaptés.

DISTANCES ANNONCÉES :

Ce sont , le plus souvent, les données des Topos Guide où GPS qui ne pourront être vérifiées qu'à la reconnaissance , si le parcours n'est pas modifié :

Alors pas de panique avec les « PODOS ».

ANNEXE DU PROGRAMME :

Gardez bien en mémoire les règles qui garantissent la SÉCURITÉ DU GROUPE.

Annexe au Programme Randonnée Pédestre

CO/VOITURAGE : Parking des rendez-vous :

- 1- Vers LE MANS : Parking de BRICOMARCHÉ. Avenue de Chanzy, côté Station (Rue St Melaine)
- 2- Vers TOURS et ANGERS : Parking du PALINDROME, Accès : Rond point de CONFORAMA.
- 3- Vers NANTES : Parking relais LA JAUNAIE, avenue des Français Libres, côté route de l'HUISSERIE.
- 4- Vers RENNES : Parking du LECLERC ST BERTHEVIN, parking couvert côté station.
- 5- Vers ERNÉE/ FOUGÈRES : Parking Relais GRENOUX, du rond point de la route de FOUGERES, entrée rue Charles TOUTAIN
- 6- Vers MAYENNE : Parking **DÉCATHLON** côté de l'entrée rue Albert EINSTEIN – **commune de CHANGÉ**

SÉCURITÉ SUR LA VOIE PUBLIQUE :

Sécurisant de randonner en groupe ?

C'EST UNE VRAIE FAUSSE IDÉE :Un piéton, seul, sera plus attentif au danger !

Rappel à tous les Randonneurs :

- On ne dépasse pas l'animateur.
- C'est lui qui choisit de marcher à droite ou à gauche, pour empiéter **LE MOINS POSSIBLE** sur la Voie de circulation.
- Traversée d'une voie de circulation :

On se regroupe:

On **ATTEND** le signal de l'animateur qui a traversé, **seul**, et qui choisit le moment le plus adapté.

A son signal, tout le groupe traverse **en même temps** et, si possible, **sur une même ligne**.

- Si une personne s'isole du groupe, **elle prévient** et pose son sac pour qu'il soit vu du serre file.

L'Association a l'obligation de mettre tout en œuvre pour assurer la sécurité ; **mais vous êtes les premiers responsables de votre propre sécurité.**

Vos Animateurs ont la **responsabilité morale** du groupe qu'ils encadrent et ce ne sont que des **bénévoles**.

Respectez leur implication en leur facilitant la tâche.

Vos Animateurs se réservent le droit d'annuler les randos ou de modifier le parcours en fonction des circonstances (fortes chaleurs ou sentiers impraticables).

Nous vous demandons de bien vouloir consulter votre boîte mails ou spams la veille de la sortie.

Merci de votre compréhension.

Bonnes randonnées à tous.

