

**Programme «Rando Santé®» de l'U.R.C.C.
4^{ème} trimestre 2019
«Moins loin, Moins vite et Moins longtemps»**

Les personnes intéressées par une rando-santé s'inscrivent au plus tard le vendredi 19 h, dernier délai pour le samedi matin et le lundi 19 h également pour le mardi auprès d'André Lagrange au **06 28 13 77 95** ou de Claudine MARECHAL **06 18 02 03 53**

Rendez-vous à 13h 45 pour un départ à 14h Les Parcours SANTE sont de 5 à 6 Km. L'allure est de 3 à 4 Km/h, et s'établit suivant les capacités des participants présents

Il est recommandé de porter **des chaussures sportives** à semelles crantées, non glissantes., **d'emporter une bouteille d'eau -1 barre ou autre en-cas**

EN CAS d'ALERTE METEO, la randonnée est annulée. Consulter votre ordi le jour de la sortie vers 11h -----

Prière de se munir d'un gobelet et de la prescription médicale de vos médicaments à porter sur soi (obligatoire

Le lieu de RV peut être changé lors de l'invitation de la sortie par rapport au calendrier

Jour	Date	Mois	Commune	Nom du Parking	Heure R.V.
Mardi	1	Octobre	Lamorlaye	Parking du magasin Lidll	13h45
Samedi	5	Octobre	Senlis	Parking de l'ancienne piscine	13h45
Mardi	8	Octobre	Apremont	Parking L'allée de Creil	13h45
Samedi	12	Octobre	Chantilly	Parking du Tennis	13h45
Mardi	15	Octobre	Fleurines	Parking du Stade	13h45
Samedi	19	Octobre	Vineuil St Firmin	Parking Ancienne Gare	13h45
Mardi	22	Octobre	Verneuil-en-H	Parking du cimetière	13h45
Samedi	26	Octobre	Cinqueux	Parking de l'école	13h45
Mardi	29	Octobre	Gouvieux	Parking du stade	13h45
Samedi	2	Novembre	Senlis	Parking de la cité judiciaire	13h45
Mardi	5	Novembre	Aumont en H	Parking de la butte	13h45
Samedi	9	Novembre	Saint Leu	Parking de la gare	13h45
Mardi	12	Novembre	Apremont	Parking Allée de Creil	13h45
Samedi	16	Novembre	Chantilly	Parking du Tennis	13h45
Mardi	19	Novembre	Vineuil St Firmin	Parking de l'Ancienne Gare	13h45
Samedi	23	Novembre	Gouvieux	Parking du Gymnase	13h45
Mardi	26	Novembre	Verneuil-en-H	Parking du cimetière	13h45
Mardi	3	Décembre	A VOIR		
Samedi	7	Balisage	Creilloise		

La randonnée peut être annulée s'il n'y a qu'une seule personne inscrite. Cette personne sera prévenue le lundi soir ou le vendredi soir 20 heures dernier délai.

Un changement de date pourrait être opéré au cas où un animateur manquerait pour les 3 causes suivantes : stage, réunion ou maladie.

Dans la mesure du possible nous proposerons par une autre date. Prière de laisser vos coordonnées à chaque animateur, avec nos remerciements.

Cordialement **MARECHAL Claudine**

Correspondance : Président URCC
Daniel RONCHI
1, rue Léo Lagrange
60550 – VERNEUIL en HALATTE
Tél. : 06 09 57 22 95
[E-mail : contact@urcc.fr](mailto:contact@urcc.fr)

Association affiliée à la Fédération Française de Cyclotourisme (F.F.C.T.) sous le N° 1488
Association affiliée à la Fédération Française de Randonnée Pédestre (F.F.R.P.) sous le N° 3645
Association agréée par la Jeunesse et Sports le 05/04/79 sous le N° 60.79.10
Association labellisée Picardie en forme le 12 janvier 2016.
SIRET448 759 019 00020
Siège social : Mairie de CREIL - BP 76 - 60109 CREIL Cedex.
Site Internet : www.urcc.fr