

**Programme « Rando Santé® » de l'U.R.C.C.  
4 e 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**

Claudine MARECHAL 06 18 02 03 53

Pensez -la reprise veut dire adhésion -licence -certificat obligatoire .

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 regarder le jour de la sortie ordi 11h -----**

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

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

Jour	Date	Mois	Commune	Nom du Parking	Heure du R.V.
Mardi	1	Octobre	Lamorlaye	Parking du magasin Lidl	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 S/F	Parking Ancienne Gare	13h45
Mardi	22	Octobre	Verneuil /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 S/F	Parking de l'Ancienne Gare	13h45
Samedi	23	Novembre	Gouvieux	Parking du Gymnase	13h45
Mardi	26	Novembre	Verneuil /H	Parking du cimetière	13h45

**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](http://www.urcc.fr)

