

« Rando Santé® » RANDO LABELLISATION---RANDO douce de l'U.R.C.C.

Moins loin, moins vite et moins longtemps : Les personnes intéressées par une rando s'inscrivent obligatoirement—en réponse à l'invitation, qui officialise la sortie

Rendez-vous au départ de la randonnée : Le mardi et samedi à 13h45 pour un départ à 14h

Les parcours sont de 5 à 7 Km. L'allure est de 3 à 4 Km/h, et s'établit suivant les capacités des participants présents .La progression est d'arrivée à 7kms500/ voir 9 kms allure, douce

Il est recommandé de porter des chaussures sportives à semelles crantées, non glissantes.

D'emporter une bouteille d'eau +un en-cas ---1gobelet pour la collation

EN CAS d'ALERTE METEO, la randonnée est annulée

Prière de se munir de la prescription médicale de vos médicaments, fiche de renseignements à porter sur soi , a fiche de non-contre indication

Licence dans le sac à dos Un numéro de téléphone d'une personne à contacter en cas de soucis

Calendrier PREVISIONNEL pas contractuel

SEPTEMBRE	LIEU	PARKING	RV 13h45
Samedi 3	Saint Leu d'Esserent	Parking de la gare	
Mardi 6	Montataire	Parking Magasin Leclerc	
Samedi 10	Apremont	Parking Allée de Creil	
Mardi 13	Avilly	Parking du tir à l'arc	
Samedi 17	Cinqueux	Parking de la pharmacie	
Mardi 20	Gouvieux	P étang Toutevoie	
Indisponible			
Mardi 27	Senlis	P de l'ancienne Piscine	
Octobre	Lieu	Parking	RV 13h45
Samedi 1	Fleurines	Parking du Stade	
Mardi 4	Montataire	Parking Aldi	
Indisponible			
Mardi 11	Chantilly	Parking Chapron etang de Commelles	
Samedi 15	Apremont	Parking allée de Creil	
Mardi 18	Saint Leu d'Esserent	Parking de la gare	
Samedi 22	Gouvieux	P de la rue des repas	
Mardi 25	Verneuil en Halatte	Parking de l'église	
Samedi 29	Chantilly	Parking du tennis	
Novembre	Lieu	Parking	RV13h45
Samedi 5	Fleurines	Parking du stade	
Mardi 8	Montataire	Parking magasin Leclerc	
Samedi 12	Apremont	Allée de Creil	
Mardi 15	Avilly	Parking du tir à l'arc	
Samedi 19	Chantilly	Parking du tennis	
Mardi 22	Senlis	Parking de l'Ancienne piscine	
Samedi 26	Gouvieux	Parking de la rue des repas	
Mardi 29	Saint Leu d'Esserent	Parking de la gare	