



JOURNEE CLUB à LONGEVILLE le Samedi 25 Mai 2019

Bonjour à tous,

Nous avons le plaisir de vous apporter quelques précisions sur le programme de notre journée Club à Longeville sur Mer le samedi 25 mai 2019.

Les horaires

- rendez vous à partir de 7h00 sur le **parking de l'espace Lionel Bénier** pour un départ d'Echiré à **7h30 précises** en autobus ,
- retour à Echiré vers 20H

Les essentiels

- n'oubliez pas :
 - vos bâtons de marche (nordique ou autres), votre casquette, la crème solaire, vos lunettes de soleil, votre maillot de bain, votre serviette... car la journée sera bien sûr ensoleillée!
 - **votre pique-nique pour le midi (RANDO Echiré offre l'apéritif)**
 - d'inscrire votre nom sur votre glacière : elles se ressemblent toutes !!
 - vos tables ou vos couvertures pour le déjeuner auprès du parking de la plage du Rocher.
- **les glacières, les pique-niques, les vêtements ou chaussures de rechange pourront rester dans le car**

ATTENTION :

- mettre dans la soute de l'autobus votre pique-nique et vos affaires de rechange
- **garder avec vous votre nécessaire de randonnée (sac, chaussures de rando, bâtons, eau, etc...) pour éviter de chercher dans la soute au départ des randos !**

Le programme de la journée

Le matin : 6 départs possibles :

- Toutes les randonnées partent du même lieu : parking de la plage du Rocher
- 6 randonnées en boucle avec retour au point de départ pour le pique-nique :
 - Rando douce : 5,8 Km
 - Rando pédestre : 8 Km, 10 Km ou 13 Km
 - Marche Nordique : 13 Km ou 16 Km

Arrivée vers 13 h 00 pour le pique-nique

L'après-midi : au choix

- 1) 1 départ de randonnée : 6 Km
- 2) Plage, promenade, jeux de cartes, etc... en gestion libre !!! (Apportez votre matériel nécessaire)

Vos animateurs seront répartis en fonction de l'importance des groupes.

Le soir : 18H départ vers Echiré

Le Conseil d'Administration et les animateurs de RANDO Echiré vous souhaitent une bonne journée.

Contacts : Sylvette Juin : 06 82 99 80 39 ou Jean François Lyonnet : 06 28 37 69 43