



LES RANDONNEES CARITATIVES SAISON 2023-2024

Parking Lionel Bénier à Echiré (derrière l'espace socio-culturel)

Le lieu de RdV du départ de nos randonnées sera renseigné au fur et à mesure de la saison sur le site Vous voulez des renseignements écrivez-nous, consultez notre site ou bien téléphonez à un animateur

Courriel: randoechire@gmail.com - Site internet www.randoechire.fr

En cas de vigilance Orange ou rouge par Météo France sur le département, toutes les sorties sont systématiquement annulées.

En cas d'indisponibilité d'un animateur ou en cas de mauvais temps, RANDO Echiré peut modifier son programme. Tout changement sera notifié sur notre site www.randoechire.fr

LES ESSENTIELS : vous pouvez participer à nos randonnées tous les Mardis – Mercredis – Jeudis ou bien un à deux Lundis par mois toute la journée et à la Marche Nordique tous les Samedis matin

PROGRAMME DES RANDONNEES CARITATIVES SAISON 2023 -2024

JOURS	DATES	Heure de départ	RANDONNEES AUTOUR D' ECHIRE	ANIMATEURS		Km approximatifs
DIMANCHE	29 oct. 2023	9h00	RANDO CARITATIVE EN FAVEUR DE AMITIE ECHIRE BOBEICA & HAITI	A MAMERT - M BAUDOUIN – Y COIRIER	Inscription à 8h30 et départ à 9h00 de la salle des sports d'ECHIRE	9
DIMANCHE WEEK-END TELETHON	3 déc. 2023	9H00	AUTOUR d'ECHIRE	A MAMERT - M BAUDOUIN - Y COIRIER	INSCRIPTION A PARTIR DE 8H30 AVEC POSSIBILITE DE PETIT DEJEUNER SOLIDAIRE A LA SALLE DES SPORTS D'ECHIRE	10
DIMANCHE	03-mars-24	9h00	RANDO CARITATIVE au profit de la LIGUE CONTRE LE CANCER	A MAMERT - M BAUDOUIN – Y COIRIER	Inscription à partir de 8h30 & Départ Salle des Sports à ECHIRE	9
DIMANCHE	07-avr-24	9h00	RANDO CARITATIVE AU PROFIT DES RESTOS DU CŒUR	A MAMERT - M BAUDOUIN - Y COIRIER	Inscription à partir de 8h30 & Départ Salle des Sports à ECHIRE	9

L'EQUIPEMENT : Pour une sortie maximum d'une journée : Avoir de bonnes chaussures de marche qui enveloppent la cheville, des vêtements amples, éventuellement un vêtement de pluie, un sac à dos, une bouteille d'eau, fruits, fruits secs, barres énergétiques, etc...

PENDANT LA MARCHE: Respecter les règles de sécurité - Se désaltérer, ne pas s'écarter du groupe et signaler tous problèmes au(x) responsable(s). Le rythme est donné par l'animateur et c'est lui également qui fixe les pauses. On ne quittera pas le groupe sans le consentement d'un responsable de l'association qui vous conseillera sur l'itinéraire de repli.

CONSEILS PRATIQUES : Avoir dans son sac le nom et le numéro de téléphone de la personne à prévenir en cas d'accident

RANDO Echiré Mairie d'Echiré 79410 Echiré (www.randoechire.fr)

Association bénéficiaire de l'extension tourisme n° IM075100382 de la Fédération Française de la randonnée Pédestre (www.ffrandonnee.fr)