



## PROGRAMME DES RANDONNEES SAISON 2021-2022

**Les départs: Parking de l'Espace Socio-Culturel d'Echiré (derrière La Poste) impérativement à l'heure indiquée**

Le lieu de RdV du départ de nos randonnées sera renseigné au fur et à mesure de la saison sur le site [randoechire.fr](http://randoechire.fr) en page accueil

Vous voulez des renseignements écrivez-nous, consultez notre site ou bien téléphonez à un animateur

Courriel : [randoechire@gmail.com](mailto:randoechire@gmail.com) - Site internet [www.randoechire.fr](http://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](http://www.randoechire.fr)

Votre référent pour le LUNDI	Vous voulez avoir une information sur une randonnée le référent est à votre disposition	Josiane ROUGER	Tél 06.07.47.97.26
Votre référent pour le MARDI		Marcel BAUDOIN / Philippe THOMAS	Tél 06 70 40 17 72 / 06.04.16.21.50
Votre référent pour le MERCREDI		Jeff LYONNET	Tél 06.28.37.69.43
Votre référent pour le JEUDI		Dominique TENDRON	Tél 06 68 21 24 10
Votre référent pour le SAMEDI		JOEL BRESCIA	Tél 06 62 36 09 77
Votre référent pour les randos Patrimoine		MICHEL RODON	Tél 06.08.26.17.00

Vous voulez des renseignements complémentaires sur chaque rando, contactez l'animateur : Martine Aimé 06.62.78.47.56 - Jacky Aubineau 06 48 15 30 88 - Marcel Baudouin 06.70.40.17.72 - Dédé Beaudoin 06 20 27 82 26 - Chantal Bertrand 06 52 22 95 34 - M & JP Billard 06.75.23.55.93 - Dominique Blais 06.13.93.29.46 - Gérard Boiroux 06 33 14 26 62 - Joël Brescia 06.62.36.09.77 - Yves Coirier 06 .07.29.07.63 - Christian Ehret 06 30 56 71 69 - Danièle Goutefangea 06 83 85 71 88 - Alain Gruget 07.86.87.34.95 - Gérard Iszraelewicz 06 21 74 05 44 - Danièle Jarousseau 05 49 25 61 87 - Jocelyne Joguet 06 72 15 28 12 - Françoise Koessler 06.11.32.35.01 - Michel Level 06.84.91.37.71 - Jean-François Lyonnet 06.28.37.69.43 - Alain Mamert 06.28.97.57.26 - Joël Mathé 06 74 18 59 36 - Claude Martin 06.60.36.49.43 - Jacques Martin 06 51 21 49 23 - Michel Massé 06.70.17.15.46 - Yves Moreau 06 72 91 26 34 - Bernard Perreau 06 08 21 96 07 - Jean Luc Reglain 06.06.43.44.60 - Claude Ristor 05 49 73 02 85 - Michel Rodon 06.08.26.17.00 - Fabienne & André Saboureau 06.88.89.76.06 - Daniel Simon 06 86 04 13 58 - Gilles Sionnet 06 08 88 24 40 - Dominique Tendron 06 68 21 24 10 - Philippe Thomas 06.04.16.21.50

**LES ESSENTIELS** : vous pouvez participer à nos randonnées tous les Mardis – Mercredis – Jaudis ou bien un à deux Lundis par mois toute la journée et à la Marche Nordique tous les Samedis matin SANS OUBLIER nos séjours en mai 2022 dans le Gers et en septembre 2022 à Stella-Plage dans la Baie de Somme, notre week-end en octobre 2022 dans la Vallée de l'Yon ou bien à nos diverses animations dont la sortie club ou bien la randonnée gourmande du 25 juin 2022.

Les journées complètes – week-end ou séjours : les informations viendront en temps utile ou bien contacter le responsable.

**Le covoiturage** : A compter du 4 avril 2022 : le conducteur sera indemnisé par ses passagers à hauteur de 1,50 € le mercredi , 2,50 € les mardi et jeudi et 4 € les journées entières, pour la couverture des frais engagés

### PROGRAMME DE NOS RANDOS D'OCTOBRE 2021 à OCTOBRE 2022

JOURS	DATES	Heure de départ	LIEU DES RANDONNEES	ANIMATEURS		Km approximatifs
<b>2021</b>	<b>Rappel des randos de Septembre</b>					
MERCREDI	1 sept. 2021	13h45	AUTOUR D'ECHIRE	G ISZRAELEWICZ	Marche douce	4 à 5
JEUDI	2 sept. 2021	13h45	PERIGNE	D TENDRON		12
SAMEDI	4 sept. 2021	9h15	MARCHE NORDIQUE	J BRESCIA ET SON EQUIPE		10 /12 /14
MARDI	7 sept. 2021	13h45	THORIGNE	D TENDRON		8 /10
MERCREDI	8 sept. 2021	13h45	CHAMPDENIERS	J JOGUET	Marche douce	4 à 5
JEUDI	9 sept. 2021	13h45	BOISRAGON	B PERREAU		12
SAMEDI	11 sept. 2021	9h15	MARCHE NORDIQUE	J BRESCIA ET SON EQUIPE		10 /12
<b>SAMEDI</b>	<b>11 sept. 2021</b>	<b>14H00</b>	<b>FORUM DES ASSOCIATIONS à SAINT-GELAIS</b>		<b>Possibilité de prendre sa licence</b>	
MARDI	14 sept. 2021	13h45	SAINT-GEORGES-DE-NOISNE	M BAUDOIN		8 /10
MERCREDI	15 sept. 2021	13h45	CHATEAU-BOURDIN	JF LYONNET	Marche douce	4 à 5
JEUDI	16 sept. 2021	13h45	AZIRE	Y MOREAU		12
SAMEDI	18 sept. 2021	9h15	MARCHE NORDIQUE	J BRESCIA ET SON EQUIPE		10 /12 /14
LUNDI	20 sept. 2021	8h00	SAINT-PALAIS (17)	C EHRET		23/24
MARDI	21 sept. 2021	13h45	SAIVRES	P THOMAS		8 /10
MERCREDI	22 sept. 2021	13h45	SAINT-GELAIS	F KOESSLER	Marche douce	4 à 5

JOURS	DATES	Heure de départ	LIEU DES RANDONNEES	ANIMATEURS		Km approximatifs
MERCREDI	22 sept. 2021	20h30	<b>ASSEMBLEE GENERALE DE RANDO Echiré (possibilité de prendre sa licence dès 19h00)</b>		Salle des fêtes La Baratte	
JEUDI	23 sept. 2021	13h45	AIGONNAY	M LEVEL		12
SAMEDI	25 sept. 2021	9h15	MARCHE NORDIQUE	J BRESCIA ET SON EQUIPE		10 /12 /14
MARDI	28 sept. 2021	13h45	CHAMPDENIERS	Y MOREAU		8 /10
MERCREDI	29 sept. 2021	13h45	SAINTE-OUENNE	A-F SABOUREAU	Marche douce	4 à 5
JEUDI	30 sept. 2021	13h45	ARCAIS	D TENDRON		12
<b>2021</b>	<b>Octobre</b>					
SAMEDI	2 oct. 2021	9h15	MARCHE NORDIQUE	J BRESCIA ET SON EQUIPE		10 /12 /14
DIMANCHE	3 oct. 2021		JOURNEE DEPARTEMENTALE est ANNULEE			
MARDI	5 oct. 2021	13h45	XAINTRAY	J JOGUET		8 /10
MERCREDI	6 oct. 2021	13h45	SAINT MARC LA LANDE	G ISZRALEWICZ	Marche douce	4 à 5
JEUDI	7 oct. 2021	13h45	PUY HARDY	C MARTIN		12
SAMEDI	9 oct. 2021	9h15	MARCHE NORDIQUE	J BRESCIA ET SON EQUIPE		10 /12 /14
LUNDI	11 oct. 2021	8h00	CIRIERES (79)	A BEAUDOIN		23/24
MARDI	12 oct. 2021	13h45	LA TOUCHE POUPARD	Y COIRIER		8 /10
MERCREDI	13 oct. 2021	13h45	CHAVAGNE	J JOGUET	Marche douce	4 à 5
JEUDI	14 oct. 2021	13h45	BEAUSSAIS	A GRUGET		12
SAMEDI	16 oct. 2021	9h15	MARCHE NORDIQUE	J BRESCIA ET SON EQUIPE		10 /12 /14
MARDI	19 oct. 2021	13h45	LE BEUGNON	M BAUDOIN		8 /10
MERCREDI	20 oct. 2021	13h45	AUTOUR D'ECHIRE	JL REGLAIN	Marche douce	4 à 5
JEUDI	21 oct. 2021	13h45	SAINT-PAUL-EN-GATINE	M BAUDOIN		12
SAMEDI	23 oct. 2021	9h15	MARCHE NORDIQUE	J BRESCIA ET SON EQUIPE		10 /12 /14
LUNDI	25 oct. 2021	8h00	BENASSAY (86)	B PERREAU		23/24
MARDI	26 oct. 2021	13h45	FORET DE CHIZE	G BOIROUX		8 /10
MERCREDI	27 oct. 2021	13h45	PAS DE RANDONNEE		Marche douce	4 à 5
JEUDI	28 oct. 2021	13h45	PRAILLES	B PERREAU		12
SAMEDI	30 oct. 2021	9h15	MARCHE NORDIQUE	J BRESCIA ET SON EQUIPE		10 /12 /14
<b>2021</b>	<b>novembre</b>					
MARDI	2 nov. 2021	13h45	SAINT -POMPAIN	A GRUGET		8 /10
MERCREDI	3 nov. 2021	13h45	CHALUSSON	J JOGUET	Marche douce	4 à 5
JEUDI	4 nov. 2021	13h45	LA CRECHE	M LEVEL		12
SAMEDI	6 nov. 2021	9h30	MARCHE NORDIQUE	J BRESCIA ET SON EQUIPE		
DIMANCHE	7 nov. 2021	9h00	RANDO CARITATIVE EN FAVEUR DE AMITIE ECHIRE BOBEICA & HAITI	A MAMERT & G BOIROUX	Inscription à 8h30 et départ à 9h00 de la salle des sports d'ECHIRE	9
LUNDI	8 nov. 2021	8h00	L'ABSIE	C EHRET		23/24
MARDI	9 nov. 2021	13h45	PRAHECQ	Y COIRIER		8 /10
MERCREDI	10 nov. 2021	13h45	ECHIRE	G ISZRALEWICZ	Marche douce	4 à 5
JEUDI	11 nov. 2021	13h45	FERIE - PAS DE RANDO			
SAMEDI	13 nov. 2021	9h15	MARCHE NORDIQUE	J BRESCIA ET SON EQUIPE		10 /12 /14
MARDI	16 nov. 2021	13h45	SAINTE-OUENNE	J JOGUET		8 /10
MERCREDI	17 nov. 2021	13h45	SAINT-CHRISTOPHE-SUR-ROC	JF LYONNET	Marche douce	4 à 5
JEUDI	18 nov. 2021	13h45	CLAVE	C EHRET		12
SAMEDI	20 nov. 2021	9h15	MARCHE NORDIQUE	J BRESCIA ET SON EQUIPE		10 /12 /14
LUNDI	22 nov. 2021	8h00	LATILLE (86)	M LEVEL		22/23
MARDI	23 nov. 2021	13h45	CHERVEUX	P THOMAS		8 /10
MERCREDI	24 nov. 2021	13h45	AUTOUR D'ECHIRE	G ISZRALEWICZ	Marche douce	4 à 5
JEUDI	25 nov. 2021	13h45	CHAVAGNE	M BAUDOIN		12
SAMEDI	27 nov. 2021	9h15	MARCHE NORDIQUE	J BRESCIA ET SON EQUIPE		10 /12 /14
MARDI	30 nov. 2021	13h45	NIORT-SOUCHE	D TENDRON		8 /10

JOURS	DATES	Heure de départ	LIEU DES RANDONNEES	ANIMATEURS		Km approximatifs
<b>2021</b>	<b>Décembre</b>					
MERCREDI	1 déc. 2021	13h45	AIFFRES	JF LYONNET – J JOGUET	Marche douce	4 à 5
JEUDI	2 déc. 2021	13h45	SAINTE-OUENNE	J BRESCIA		12
SAMEDI	4 déc. 2021	9h15	MARCHE NORDIQUE	J BRESCIA ET SON EQUIPE	TELETHON A ECHIRE UNE URNE SERA MISE A DISPOSITION POUR RECEVOIR LES DONS	10 /12 /14
DIMANCHE WEEK-END TELETHON	5 déc. 2021	9H00	AUTOUR d'ECHIRE	A MAMERT & M BAUDOUIN	INSCRIPTION A PARTIR DE 8H30 AVEC POSSIBILITE DE PETIT DEJEUNER SOLIDAIRE A LA SALLE DES SPORTS D'ECHIRE	10
MARDI	7 déc. 2021	13h45	CHAURAY	M MASSE		8 /10
MERCREDI	8 déc. 2021	13h45	SAINTE OUENNE	A SABOUREAU	Marche douce	4 à 5
JEUDI	9 déc. 2021	13h45	COURS	D JAROUSSEAU		12
SAMEDI	11 déc. 2021	9h15	MARCHE NORDIQUE	J BRESCIA ET SON EQUIPE		10 /12 /14
LUNDI	13 déc. 2021	8h00	SOUVIGNE-LA MOTHE (79)	B PERREAU	Randonnée suivie d'un pot	23/24
MARDI	14 déc. 2021	13h45	ECHIRE	A GRUGET	Randonnée suivie d'un pot	8 /10
MERCREDI	15 déc. 2021	13h45	NIORT (SURIMEAU)	JL REGLAIN	Randonnée suivie d'un pot	4 à 5
JEUDI	16 déc. 2021	13h45	SAINT-GELAIS	M BAUDOUIN	Randonnée suivie d'un pot	12
SAMEDI	18 déc. 2021	9h15	MARCHE NORDIQUE	J BRESCIA ET SON EQUIPE	Randonnée suivie d'un pot	10 /12 /14
MARDI	21 déc. 2021		<b>TREVE</b>			
MERCREDI	22 déc. 2021					
JEUDI	23 déc. 2021					
SAMEDI	25 déc. 2021					
MARDI	28 déc. 2021					
MERCREDI	29 déc. 2021					
JEUDI	30 déc. 2021					
<b>2022</b>	<b>Janvier</b>					
SAMEDI	1 janv. 2022		<b>TREVE</b>			
MARDI	4 janv. 2022	13h45	SAINT-GELAIS	M BAUDOUIN		8 /10
MERCREDI	5 janv. 2022	13h45	AUTOUR D'ECHIRE	J JOGUET	Marche douce	4 à 5
JEUDI	6 janv. 2022	13h45	FRESSINNES	J MATHE		12
SAMEDI	8 janv. 2022	9h15	MARCHE NORDIQUE	J BRESCIA ET SON EQUIPE		10 /12 /14
DIMANCHE	9 janv. 2022	16h00	<b>GALETTE DES ROIS Salle des Fêtes La Baratte d'Echiré – Rendez-vous à partir de 15 H 30 Animation musicale avec Bruno LIGONNIERE</b>			
MARDI	11 janv. 2022	13h45	NIORT SURIMEAU	G SIONNET		8 /10
MERCREDI	12 janv. 2022	13h45	SAINTE-OUENNE	F SABOUREAU	Marche douce	4 à 5
JEUDI	13 janv. 2022	13h45	SAINTE-MARTIN-DE-BERNEGOUÉ	B PERREAU		12
SAMEDI	15 janv. 2022	9h15	MARCHE NORDIQUE	J BRESCIA ET SON EQUIPE		10 /12 /14
LUNDI	17 janv. 2022	8H00	CLUSSAIS-LA POMMERAIE (79)	C RISTOR		23/24
MARDI	18 janv. 2022	13h45	VOUILLE	Y COIRIER		8 /10
MERCREDI	19 janv. 2022	13h45	NIORT (BORD DE SEVRE)	JL REGLAIN	Marche douce	4 à 5
JEUDI	20 janv. 2022	13h45	CERZEAU	Y MOREAU		12
SAMEDI	22 janv. 2022	9h15	MARCHE NORDIQUE	J BRESCIA ET SON EQUIPE		10 /12 /14
MARDI	25 janv. 2022	13h45	NIORT SAINT-LIGUAIRE	M MASSE		8 /10
MERCREDI	26 janv. 2022	13h45	XAINTRAY	M AIME	Marche douce	4 à 5
JEUDI	27 janv. 2022	13h45	ROMANS	A GRUGET		12
SAMEDI	29 janv. 2022	9h15	MARCHE NORDIQUE	J BRESCIA ET SON EQUIPE		10 /12 /14
<b>2022</b>	<b>Février</b>					
MARDI	1 févr. 2022	13h45	BESSINES	G BOIROUX		8 /10
MERCREDI	2 févr. 2022	13h45	FRANCOIS	J JOGUET	Marche douce	4 à 5
JEUDI	3 févr. 2022	13h45	LA MOTHE SAINT HERAY	C EHRET		12
SAMEDI	5 févr. 2022	9h15	MARCHE NORDIQUE	J BRESCIA ET SON EQUIPE		10 /12 /14
LUNDI	7 févr. 2022	8h00	BRUX (86)	A MAMERT		23/24
MARDI	8 févr. 2022	13h45	FRANCOIS	P THOMAS		8 /10
MERCREDI	9 févr. 2022	13h45	NIORT (LA ROUSSILLE)	JL REGLAIN	Marche douce	4 à 5
JEUDI	10 févr. 2022	13h45	CHALUSSON	JF LYONNET		12
SAMEDI	12 févr. 2022	9h15	MARCHE NORDIQUE	J BRESCIA ET SON EQUIPE		10 /12 /14
MARDI	15 févr. 2022	13h45	VERRUYES	G BOIROUX		8 /10
MERCREDI	16 févr. 2022	13h45	PAS DE RANDONNEE		Marche douce	4 à 5
JEUDI	17 févr. 2022	13h45	FENIOUX	M BAUDOUIN		12
SAMEDI	19 févr. 2022	9h15	MARCHE NORDIQUE	J BRESCIA ET SON EQUIPE		10 /12 /14

JOURS	DATES	Heure de départ	LIEU DES RANDONNEES	ANIMATEURS		Km approximatifs
MARDI	22 févr. 2022	13h45	VERRINES-SOUS-CELLES	D TENDRON		8 /10
MERCREDI	23 févr. 2022	13h45	LA CHAPELLE-BATON	JF LYONNET – J JOGUET	Marche douce	
JEUDI	24 févr. 2022	13h45	GERMOND	J MATHE		12
SAMEDI	26 févr. 2022	9h15	MARCHE NORDIQUE	J BRESCIA ET SON EQUIPE		10 /12 /14
<b>2022</b>	<b>Mars</b>					
MARDI	1 mars 2022	13h45	FENIOUX	M BAUDOUIN		8 /10
MERCREDI	2 mars 2022	13h45	GERMOND	JF LYONNET – J JOGUET	Marche douce	4 à 5
JEUDI	3 mars 2022	13h45	CHERVEUX	B PERREAU		12
SAMEDI	5 mars 2022	9h15	MARCHE NORDIQUE	J BRESCIA ET SON EQUIPE		10 /12 /14
DIMANCHE	6 mars 2022	9h00	Autour d'ECHIRE au profit de la LIGUE CONTRE LE CANCER	A MAMERT & M BAUDOUIN	Inscription à partir de 8h30 & Départ Salle des Sports à ECHIRE	9
LUNDI	7 mars 2022	8h00	CHATELLAILLON – LA ROCHELLE	CH EHRET – B PERREAU		23/24
MARDI	8 mars 2022	13h45	ARDIN – LA GACONNIERE	G SIONNET		8 /10
MERCREDI	9 mars 2022	13h45	ROUVRE	G ISZRAELEWICZ – F KOESSLER	Marche douce	4 à 5
JEUDI	10 mars 2022	13h45	EXOUDUN	A MAMERT		12
SAMEDI	12 mars 2022	9h15	MARCHE NORDIQUE	J BRESCIA ET SON EQUIPE		10 /12 /14
LUNDI	14 mars 2022	13h45	RANDO PATRIMOINE A SAINT-MAIXENT	M RODON	RANDO PATRIMOINE	5 à 6
MARDI	15 mars 2022	13h45	CLAVE	Y MOREAU		8 /10
MERCREDI	16 mars 2022	13h45	NIORT (SURIMEAU)	G ISZRAELEWICZ et M AIME	Marche douce	4 à 5
JEUDI	17 mars 2022	13h45	PRAHECQ	D BLAIS		12
SAMEDI	19 mars 2022	9h15	MARCHE NORDIQUE	J BRESCIA ET SON EQUIPE		10 /12 /14
LUNDI	21 mars 2022	8h00	CHANTONNAY (85)	M&JP BILLARD		23/24
MARDI	22 mars 2022	13h45	BECELEUF	J JOGUET		8 /10
MERCREDI	23 mars 2022	13h45	ECHIRE (MURSAY)	G ISZRAELEWICZ	Marche douce	4 à 5
JEUDI	24 mars 2022	13h45	MAUZE-SUR-LE-MIGNON	C RISTOR		12
SAMEDI	26 mars 2022	9h15	MARCHE NORDIQUE	J BRESCIA ET SON EQUIPE		10 /12 /14
LUNDI	28 mars 2022	13h45	RANDO-RALLYE à ARCAIS	M RODON	Nouveauté 2022	6
MARDI	29 mars 2022	13h45	SAINTE-NEOMAYE	G BOIROUX		8 /10
MERCREDI	30 mars 2022	13h45	RUFFIGNY	J JOGUET	Marche douce	4 à 5
JEUDI	31 mars 2022	13h45	VERRUYES	C MARTIN		12
<b>2022</b>	<b>Avril</b>					
SAMEDI	2 avril 2022	9h15	MARCHE NORDIQUE	J BRESCIA ET SON EQUIPE		10 /12 /14
DIMANCHE	3 avril 2022	9h00	AUTOUR D'ECHIRE AU PROFIT DES RESTOS DU CŒUR	A MAMERT & M BAUDOUIN	Inscription à partir de 8h30 & Départ Salle des Sports à ECHIRE	9
MARDI	5 avril 2022	13h45	SECONDIGNY	A GRUGET		8 /10
MERCREDI	6 avril 2022	13h45	SAINT-GELAIS	JL REGLAIN	Marche douce	4 à 5
JEUDI	7 avril 2022	13h45	AUGE	C EHRET		12
SAMEDI	9 avril 2022	9h15	MARCHE NORDIQUE	J BRESCIA ET SON EQUIPE		10 /12 /14
MARDI	12 avril 2022	13h45	BOIS DE CELLES	G BOIROUX		8 /10
MERCREDI	13 avril 2022	13h45	SAINT-CHRISTOPHE-SUR-ROC	F KOESSLER	Marche douce	4 à 5
JEUDI	14 avril 2022	13h45	IRLEAU	J MARTIN		12
SAMEDI	16 avril 2022	9h15	MARCHE NORDIQUE	J BRESCIA ET SON EQUIPE		10 /12 /14
MARDI	19 avril 2022	13h45	NANTEUIL	M BAUDOUIN		8 /10
MERCREDI	20 avril 2022	13h45	PAS DE RANDONNEE		Marche douce	
JEUDI	21 avril 2022	13h45	VASLES	JF LYONNET		12
SAMEDI	23 avril 2022	9h15	MARCHE NORDIQUE	J BRESCIA ET SON EQUIPE		10 /12 /14
LUNDI	25 avril 2022	8h00	SAINT-LAURENT-SUR-SEVRE (85)	J AUBINEAU		23/24
MARDI	26 avril 2022	13h45	SOUTIERS	D TENDRON		8 /10
MERCREDI	27 avril 2022	13h45	MAUZE-SUR-LE-MIGNON	G ISZRAELEWICZ et JF LYONNET	Marche douce	4 à 5
JEUDI	28 avril 2022	13h45	TILLOU	D TENDRON		12
SAMEDI	30 avril 2022	9h15	MARCHE NORDIQUE	J BRESCIA ET SON EQUIPE		10 /12 /14

JOURS	DATES	Heure de départ	LIEU DES RANDONNEES	ANIMATEURS		Km approximatifs
<b>2022</b>	<b>Mai</b>					
LUNDI	2 mai 2022	13H45	RANDO PATRIMOINE A PARTHENAY	M RODON	RANDO PATRIMOINE	5 à 6
MARDI	3 mai 2022	13h45	ARCAIS	M MASSE		8 /10
MERCREDI	4 mai 2022	13h45	XAINTRAY	M AIME	Marche douce	4 à 5
JEUDI	5 mai 2022	13h45	ALLONNE	Y MOREAU		12
SAMEDI	7 mai 2022	7h30	SORTIE CLUB SAINT-TROJAN-SUR/MER	JF LYONNET et son équipe		De 5 à 15 km
LUNDI	9 mai 2022	8h00	MERVENT (85)	C EHRET		23/24
MARDI	10 mai 2022	13h45	SAINT-LAURS	Y MOREAU		8 /10
MERCREDI	11 mai 2022	13h45	AUTOUR D'ECHIRE	G ISZRALEWICZ	Marche douce	4 à 5
JEUDI	12 mai 2022	13h45	MERVENT (85)	C EHRET		
SAMEDI	14 mai 2022	9h15	MARCHE NORDIQUE	J BRESCIA ET SON EQUIPE		10 /12 /14
MARDI	17 mai 2022	13h45	SAINT-LIN	P THOMAS		8 /10
MERCREDI	18 mai 2022	13h45	NIORT ( CHANTEMERLE)	JL REGLAIN	Marche douce	4 à 5
JEUDI	19 mai 2022	13h45	SAINT-VINCENT LA CHATRE	D TENDRON		12
SAMEDI	21 mai 2022	9h15	MARCHE NORDIQUE	J BRESCIA ET SON EQUIPE		10 /12 /14
SEJOUR CLUB	Du dimanche 22 mai au jeudi 26 mai 2022		SEJOUR à FLEURANCE DANS LE GERS	G ISZRALEWICZ		
MARDI	24 mai 2022	13h45	PAMPLIE	M BAUDOUIIN		8 /10
MERCREDI	25 mai 2022	13h45	AUTOUR D'ECHIRE	JF LYONNET		4 à 5
JEUDI	26 mai 2022	13h45	FERIE – PAS DE RANDO			
SAMEDI	28 mai 2022	9h15	MARCHE NORDIQUE	J BRESCIA ET SON EQUIPE		10 /12 /14
LUNDI	30 mai 2022	8h00	MONTREUIL-BELLAY (49)	JF LYONNET		23/24
MARDI	31 mai 2022	8h00	CURCAY-SUR-DIVE	M BAUDOUIIN	JOURNEE PIQUE-NIQUE	10
<b>2022</b>	<b>Juin</b>					
MERCREDI	1 juin 2022	9H00	LA FAUTE-SUR-MER	M AIME	JOURNEE PIQUE-NIQUE	4 à 5
JEUDI	2 juin 2022	13h45	BEAUVOIR	C RISTOR		12
SAMEDI	4 juin 2022	9h15	MARCHE NORDIQUE	J BRESCIA ET SON EQUIPE		10 /12 /14
MARDI	7 juin 2022	13h45	SCILLE	D TENDRON		8 /10
MERCREDI	8 juin 2022	13h45	LA VILLEDE D'ARDIN ( LA MARBRIERE)	JF LYONNET	Marche douce	4 à 5
JEUDI	9 juin 2022	9H00	FAYMOREAU (85)	J MATHE	JOURNEE PIQUE-NIQUE AVEC POT DE FIN D'ANNEE	12
SAMEDI	11 juin 2022	9h15	MARCHE NORDIQUE	J BRESCIA ET SON EQUIPE		10 /12 /14
MARDI	14 juin 2022	13h45	VITRE	J JOGUET		8 /10
MERCREDI	15 juin 2022	9H00	SAINT-MARC-LA-LANDE	G ISZRALEWICZ	JOURNEE PIQUE-NIQUE	4 à 5
JEUDI	16 juin 2022	13h45	SECONDIGNY	A MAMERT		12
SAMEDI	18 juin 2022	9h15	MARCHE NORDIQUE	J BRESCIA ET SON EQUIPE		10 /12 /14
LUNDI	20 juin 2022	8h00	LE MAZEAU (85)	J MARTIN	JOURNEE GRILLADES ....à partir de 13 h 00 AVEC POT DE FIN D'ANNEE	14
MARDI	21 juin 2022	13h45	PRAILLES-DOUALT	G SIONNET		8 /10
MERCREDI	22 juin 2022	13h45	SAINTE-OUENNE	A & F SABOUREAU		4 à 5
JEUDI	23 juin 2022	13h45	LA GARETTE	C BERTRAND	possibilité de poursuivre par une promenade en barque	12
SAMEDI	25 juin 2022	9h15	MARCHE NORDIQUE	J BRESCIA ET SON EQUIPE	POT DE FIN D'ANNEE	10 /12 /14
SAMEDI	25 juin 2022	18h00	RANDONNEE GOURMANDE A ECHIRE	RANDO Echiré et ASEG Foot	Entre Sèvre et Châteaux	11
MARDI	28 juin 2022	13h45	SCIECQ	A GRUGET	POT DE FIN D'ANNEE	8 /10
MERCREDI	29 juin 2022	9H00	SECONDIGNY	J JOGUET	JOURNEE PIQUE-NIQUE ET POT DE FIN D'ANNEE	4 à 5
JEUDI	30 juin 2022	13h45	ECHIRE – SCIECQ Bateau à chaîne	D TENDRON	POT DE FIN D'ANNEE	12

JOURS	DATES	Heure de départ	LIEU DES RANDONNEES	ANIMATEURS		Km approximatifs
<b>2022</b>	<b>Juillet - Août</b>					
<b>PAS DE RANDONNEES EN JUILLET-AOUT</b>						
<b>2022</b>	<b>Septembre</b>					
JEUDI	1 sept. 2022	13h45	FORET DE L'HERMITAIN	D TENDRON		12
SAMEDI	3 sept. 2022	9h15	MARCHE NORDIQUE	J BRESCIA ET SON EQUIPE		10 /12 /14
SEJOUR CLUB	Lundi 5 sept au vendredi 9 sept 2022		SEJOUR en BAIE de SOMME	S. JUIN et son équipe		
MARDI	6 sept. 2022	13h45	VOUHE	M BAUDOIN		8 /10
MERCREDI	7 sept. 2022	13h45	AUTOUR D'ECHIRE	JF LYONNET	Marche douce	4 à 5
JEUDI	8 sept. 2022	13h45	BESSINNES	C MARTIN		12
SAMEDI	10 sept. 2022	9h15	MARCHE NORDIQUE	J BRESCIA ET SON EQUIPE		10 /12
SAMEDI	10 sept. 2022	14H00			FORUM des ASSOCIATION à ECHIRE	
MARDI	13 sept. 2022	13h45	MONTAILLON	D TENDRON		8 /10
MERCREDI	14 sept. 2022	13h45	AUTOUR D'ECHIRE	JF LYONNET	Marche douce	4 à 5
JEUDI	15 sept. 2022	13h45	CHÂTEAU BOURDIN	M BAUDOIN		12
SAMEDI	17 sept. 2022	9h15	MARCHE NORDIQUE	J BRESCIA ET SON EQUIPE		10 /12 /14
DIMANCHE	18 sept. 2022	9h00	RANDO CARITATIVE EN FAVEUR DE L'INSERTION avec GROUPAMA	A MAMERT & M BAUDOIN	Inscription à 8h30 et départ à 9h00 de la salle des Sports d'ECHIRE	9 à 12
MARDI	20 sept. 2022	13h45	ARDIN	G SIONNET		8 /10
MARDI	20 sept. 2022	20h30	ASSEMBLEE GENERALE DE RANDO Echiré (possibilité de prendre sa licence dès 19h00)		Salle des fêtes La Baratte	
MERCREDI	21 sept. 2022	13h45	AZIRE	JF LYONNET	Marche douce	4 à 5
JEUDI	22 sept. 2022	13h45	BECELEUF	B PERREAU		12
SAMEDI	24 sept. 2022	9h15	MARCHE NORDIQUE	J BRESCIA ET SON EQUIPE		10 /12 /14
DIMANCHE	25 sept. 2022	à définir suivant programme	JOURNEE DEPARTEMENTALE A BEAUVOIR-SUR-NIORT	JF LYONNET		8-12-22- 32 km et marche nordique
LUNDI	26 sept. 2022	8h00	NIEUL-SUR-MER	Dédé BEAUDOIN		24/25
MARDI	27 sept. 2022	13h45	SAINT-POMPAIN	Y MOREAU		8 /10
MERCREDI	28 sept. 2022	13h45	CHAURAY	JL REGLAIN	Marche douce	4 à 5
JEUDI	29 sept. 2022	13h45	LA CHAPELLE THIREUIL	Y MOREAU		12
<b>2022</b>	<b>Octobre</b>					
MARDI	4 oct. 2022	13h45	SOUVIGNE-SAVRELLE	P THOMAS		8 /10
MERCREDI	5 oct. 2022	13h45	CHAMPDENIERS	J JOGUET	Marche douce	4 à 5
JEUDI	6 oct. 2022	13h45	ARCAIS	J MARTIN		12
SAMEDI	8 oct. 2022	9h15	MARCHE NORDIQUE	J BRESCIA ET SON EQUIPE		10 /12 /14
SAMEDI	8 octobre 2022	7h00	WEEK-END DANS LA VALLEE DE L'YON	JEFF LYONNET ET SON EQUIPE		20/21
DIMANCHE	9 octobre 2022		(85)			20/21
MARDI	11 oct. 2022	13h45	FORET DE CHIZE	G BOIROUX		8 /10
MERCREDI	12 oct. 2022	13h45	SAINTE OUENNE	F & Dédé SABOUREAU	Marche douce	4 à 5
JEUDI	13 oct. 2022	13h45	LA COUARDE	A GRUGET		12
SAMEDI	15 oct. 2022	9h15	MARCHE NORDIQUE	J BRESCIA ET SON EQUIPE		10 /12 /14
DIMANCHE	16 oct. 2022	9h00	RANDO CARITATIVE EN FAVEUR DE AMITIE ECHIRE BOBEICA & HAITI	A MAMERT & G BOIROUX	Inscription à 8h30 et départ à 9h00 de la salle des Sports d'ECHIRE	9
MARDI	18 oct. 2022	13h45	SAINT -MARTIN-DE-SAINT-MAIXENT	J JOGUET		8 /10
MERCREDI	19 oct. 2022	13h45	SAINT-GELAIS	F KOESSLER	Marche douce	4 à 5
JEUDI	20 oct. 2022	13h45	PRAILLES	M LEVEL		12
SAMEDI	22 oct. 2022	9h15	MARCHE NORDIQUE	J BRESCIA ET SON EQUIPE		10 /12 /14
LUNDI	24 oct. 2022	8h00	CHÂTEAU LARCHER (86)	J LYONNET		23/24
MARDI	25 oct. 2022	13h45	AUGE	Y COIRIER		8 /10
MERCREDI	26 oct. 2022	13h45	AUTOUR D'ECHIRE	J JOGUET	Marche douce	4 à 5
JEUDI	27 oct. 2022	13h45	CELLES/ BELLE	B PERREAU		12
SAMEDI	29 oct. 2022	9h15	MARCHE NORDIQUE	J BRESCIA ET SON EQUIPE		10 /12 /14



JOURS	DATES	Heure de départ	LIEU DES RANDONNEES	ANIMATEURS		Km approximatifs
<b>RANDONNER ET BOUGER avec RANDO Echiré.....</b>						



## BELLES RANDONNEES avec RANDO Echiré !!!!!

RANDO Echiré Mairie d'Echiré 79410 Echiré ([www.randoechire.fr](http://www.randoechire.fr))  
 Association bénéficiaire de l'extension tourisme n° IM075100382 de la Fédération Française de la randonnée Pédestre ([www.ffrandonnee.fr](http://www.ffrandonnee.fr))

N'HESITEZ PAS A CONSULTER NOTRE SITE [www.randoechire.fr](http://www.randoechire.fr) POUR TOUT RENSEIGNEMENT COMPLEMENTAIRE

**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 MARCHÉ :** Respecter les règles de sécurité - Faire des pauses, se désaltérer, ne pas s'écarter du groupe et signaler tous problèmes au(x) responsable(s). Buvez de l'eau en petite quantité toutes les 1/2 heures: La déshydratation provoque crampes et courbatures. (Le corps humain perd environ 40% de ses capacités physiques au bout d'une heure d'effort sans eau) - Le rythme est donné par l'animateur et c'est lui également qui fixe les pauses. (En général, 5 à 10 minutes toutes les heures) - On ne quittera pas le groupe sans le consentement d'un responsable de l'association qui vous conseillera sur l'itinéraire de repli. **En cas de problème faire le 112 à partir d'un portable**

**LA SECURITE EN RANDONNEE** Il convient d'insister sur la nécessité de respecter quelques règles indispensables : 1) S'INFORMER de l'itinéraire et ses particularités (difficultés, durée, autorisation de passage...) 2) SE PRÉPARER et évaluer la condition physique nécessaire. 3) S'ÉQUIPER : Matériel de progression (chaussures et sac à dos adaptés aux caractéristiques de la randonnée). Matériel de protection (vêtements pratiques adaptés aux conditions météo). Matériel et fournitures pour se restaurer (vivres, eau) 4) SE COMPORTER Gérer l'effort, s'hydrater et s'alimenter. > Rester attentif et objectif face aux risques météo, (état du terrain). > Respecter le milieu traversé. 5) S'ADAPTER À l'évolution des conditions de pratique (météo, terrain). Aux informations rencontrées (zones protégées, autres usagers)

**CONSEILS PRATIQUES :** Avoir dans son sac le nom et le numéro de téléphone de la personne à prévenir en cas d'accident. En cas d'alerte orange ou rouge indiquée par Météo France la randonnée est systématiquement annulée

### LES SENTIERS DE LA FEDERATION FRANCAISE DE RANDONNEE PEDESTRE

En France, la majeure partie des sentiers balisés est l'œuvre de la Fédération française de randonnée pédestre, qui est à l'origine des sentiers de Grande Randonnée (GR®), de Grande Randonnée de Pays (GR® de Pays) et de Promenade et Randonnée (PR®).

#### Les sentiers de Promenade et Randonnée (PR®) – Fléchage Jaune

Les sentiers de Promenade et Randonnée proposent des circuits de quelques heures ou d'une journée maximum. Ils répondent ainsi à des besoins diversifiés : balades courtes adaptées aux familles, parcours de découverte thématique, entraînement aux GR®. Souvent créés en concertation avec les acteurs locaux (mairies, syndicats d'initiative, offices du tourisme, etc.), ils permettent de mieux découvrir le patrimoine local et départemental.

#### Les sentiers de Grande Randonnée (GR®) fléchage blanc-rouge

Les sentiers de Grande Randonnée ou GR® correspondent à des parcours de plusieurs jours ou de plusieurs semaines. Ces itinéraires sillonnent une région (par exemple le GR® 561, qui parcourt le littoral et les îles du Morbihan), ou traversent plusieurs départements (le GR® 4, d'Aubusson à Saint-Flour). Certains GR® suivent des tracés historiques comme les GR® 65 et 653, par exemple, sont empruntés tous les ans par les nombreux pèlerins se rendant à Saint-Jacques-de-Compostelle.

