



COMITE DES FETES DE SAINT MICHEL LEPARON

SECTION RANDONNEE PEDESTRE LES PAS DE LA DOUBLE

CALENDRIER DES RANDONNEES AVRIL - AOUT 2022

DATE	RDV	RDV sur place	LIEU	DEPT	KMS	ORGANISATEURS OBSERVATIONS
Dimanche 3/04	13 h 30 Gymnase LRC	14 H 00 Eglise	ST Martin de Coux	17	8,5 kms 12 kms	Marie – Gilbert
Jeudi 7/04	13 h 30 Gymnase LRC	14 H 00 Eglise	St Marie	16	6 kms	Christian
Jeudi 14/04	13 h 30 Gymnase LRC	14 h 00 Mairie	Le Fouilloux	17	6 kms	Marie - Gilbert
Du 18/04 au 21/04	SEJOUR DANS LE LOT					
Dimanche 24/04	13 h 30 Gymnase LRC	14 h 00 Eglise	Eygurande	24	7,5 kms 12 kms	Josy - Jean-Paul
Jeudi 28/04	13 h 30 Gymnase LRC	14 h 00 Champ de Foire	Echourgnac	24	6 kms	Josy - Jean-Paul
Dimanche 08/05	13 h 30 Gymnase LRC	14 h 00 Chalautre	Les Eglisottes	33	8 kms 11 kms	Jean-Paul Jean-Guy
Samedi 14/05			Agir contre le cancer – SML	24	6 kms	Infos à venir
Jeudi 19/05	13 h 30 Gymnase LRC	14 h 00 Chez Jean- Paul	Léparon – Circuit des rhododendrons	24	6,5 kms	Josy - Jean-Paul
Dimanche 22/05	13 h 30 Gymnase LRC	14 h 00 Les Halles	Rioux Martin	16	8 kms 10 kms	Alain - Gilbert
Jeudi 26/05	13 h 30 Gymnase LRC	14 h 00 Cimetière	Chamadelle	33	6,5 kms 10,5 kms	Nathalie Christophe
Dimanche 05/06			RANDONNEE CHARLEMAGNE	24		Les Pas de la Double
Jeudi 09/06	9 h 00 Gymnase LRC	9 h 30 Mairie	Puymangou	24	6 kms	Annie – Christian
Dimanche 19/06	8 h 30 Gymnase LRC		JOURNEE St Martial d'Artenset	24		Rando – Pique-nique tiré du sac Promenade gabarre + Infos à venir
Jeudi 23/06	9 h 00 Stade St Aigulin		Saint-Aigulin La Mozenne	17	7 kms	Marie – Gilbert
Les 25 et 26/06	18 h 30 SML		Nuit des Forêts SML – St Vincent Jalmoutiers Organisateurs : Les Pas de la Double et les Doublorigènes	24	12 kms + 5 kms	A la Latière Feux St Jean Camping (dodo) + infos à venir

Dimanche 03/07	8 h 30 Gymnase LRC	9 h 00 Salle des Fêtes	Festalemps	24	8 kms 11 kms	Nathalie-Marie Christophe-Gilbert
Dimanche 10/07			SORTIE EN CAR A LA JOURNEE A ROYAN			+ Infos à venir
Vendredi 12/08	18 H 30 La terrasse LRC		Rando en soirée	24	9 kms	+ Infos à venir

RANDONNEES AUTRES ORGANISATIONS :



PORT-MAUBERT

10H - 14H
Accueil des participants en fanfare "Adlibitum Band" confirmation des inscriptions et émargement

Depôt des engins nautiques, vélos Navette Vitrezay - Port-Maubert

Restauration possible sur place Aires de pique-nique

14H15
Echauffement collectif par un coach professionnel

15H
Départ des 3 randonnées

À pied : 12 km en bord d'estuaire

À vélo : 26 km parcours vert ou rouge avec points de vue

Sur l'eau : 12 km en paddle, kayak de mer, voile, aviron de mer, voile traditionnelle, pirogue, ...
prévoir sac étanche pour vos clés, téléphone et autres...

PROGRAMME

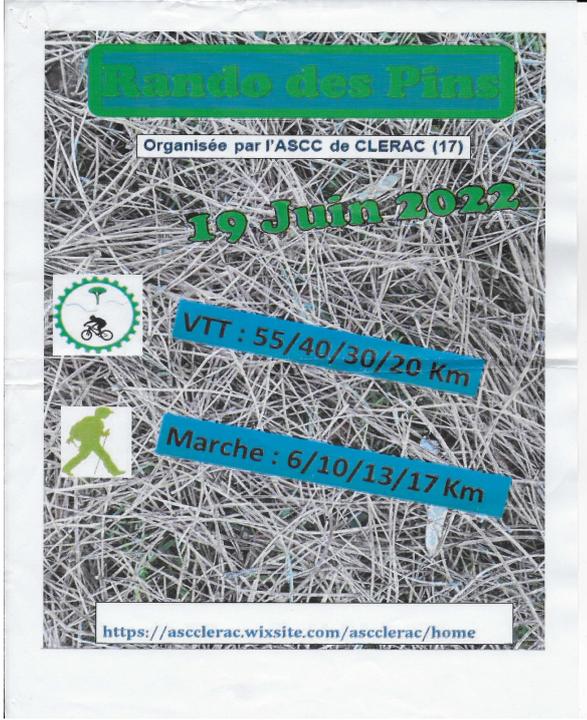
TARIFS
Adulte : 12€
7-12 ans : 6€
-7ans GRATUIT

VITREZAY

18H
Arrivée des randonnées, émargement

19H
Pot de l'amitié

20H
Concert "Les Crogs" et restauration sur place



Rando des Pins

Organisée par l'ASCC de CLERAC (17)

19 Juin 2022

VTT : 55/40/30/20 Km

Marche : 6/10/13/17 Km

<https://asclerac.wixsite.com/asclerac/home>

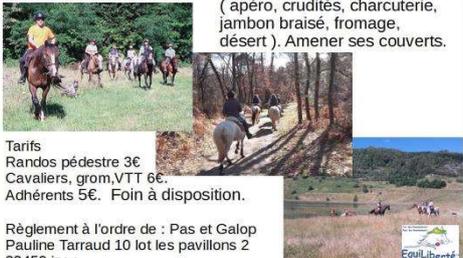
AIGU - RANDO

Dimanche 17 et lundi 18 avril 2022, Saint-Aigulin (17360)

Rdv. lieu dit vétilles st aigulin (étang bordas).
Ouvert dans le respect des réglementations sanitaire en vigueur.

Dimanche 17 rdv 14h rando 16km ou semi nocturne gratuite.

Lundi 18 Rdv 8h30 circuits 10 km 16 km 23 km. Casse-croûte, dégustation de pineau sur le parcours. 13h Repas sur réservation. 13€. réserver avant 12/04. (apéro, crudités, charcuterie, jambon braisé, fromage, désert). Amener ses couverts.



Tarifs
Randos pédestre 3€
Cavaliers, grom,VTT 6€.
Adhérents 5€. Foin à disposition.

Règlement à l'ordre de : Pas et Galop
Pauline Tarraud 10 lot les pavillons 2
33450 Izon.

Renseignements :
Jean-Jaques Tél : 06 72 16 23 81
Pauline Tél : 06 31 40 56 19

Association loi 1901
n° W 171.001094.
Siren 750 132 664 00012.
Siège Social mairie de St Aigulin 17360.



17 et 18/04 : Aigu-rando St Aigulin : Contact "Pas et Galop 06 72 16 23 81

01/05 : Rando du Brin d'Aillet – Rioux Martin – Infos à venir

01/05 : Rando du Brin d'Aillet à Reignac (16) – 9 et 13 kms - Inscription : 06 30 34 11 56

15/05 : La Vauclairienne Montpon : 8 et 14 kms – Inscription sur place possible

28/05 : Port Maubert : 12 kms - Inscription internet <https://www.portvitrezay.com/rcs>

19/06 : Clérac : 6 à 17 kms - Inscription <https://ascclerac.wixsite.com/ascclerac/home>

09/07 : Saint Avit Information à venir

NOTE : les « randos » du jeudi, sont des ballades de 5 à 6 kms à vitesse douce, afin de permettre de découvrir les bienfaits de la marche dans un esprit de détente et non de performance.

2 randonnées à l'essai avant de confirmer votre adhésion au club.

Coût ADHESION AU CLUB Pour la saison 2021 / 2022 = 12€ Paiement en espèces ou chèque à l'ordre du «Comité des Fêtes de SML – Section Rando»

Pour tout renseignement	Annie SOULE	Tel. 06 70 93 06 54 / 05 53 91 65 51 (HR)
	Marie FAUCON	Tel. 07 67 84 53 70