

Mesures sanitaires COVID

Mesures de distanciation physique en randonnée et port du masque (covoiturage).
La FFRP recommande la vaccination anti-Covid pour la pratique de la randonnée
Programme sujet à modification / annulation selon situation sanitaire

Attention : vérifier l'heure de départ de chaque randonnée

<u>Jeudi 7 juillet</u>	Promenade à Daumeray (49) « <i>Au pays de Rouget</i> » 12 km avec Anne-Marie Carre Départ 08:30 parking de Montréal
<u>Dimanche 10 juillet</u>	Randonnée à Pruillé l'Eguillé « <i>Escapade en forêt de Bercé</i> » 18-19 km avec Patricia Alliot-Guichard (et tuteur). Départ 08:00 parking de Montréal – prévoir pique-nique
<u>Vendredi 22 juillet</u>	Promenade à Clefs (49) 11-12 km avec Marie Blot Départ 08:00 parking de Montréal
<u>Samedi 30 juillet</u>	Promenade à Chemaze (53) « <i>Le Rouillard</i> » 12 km avec Patricia Alliot-Guichard. Départ 09:00 parking de Montréal – prévoir pique-nique
<u>Dimanche 7 août</u>	Randonnée au Lude « <i>Loir et Marconne</i> » 18-19 km avec Christian Barrault. Départ 09:00 parking de Montréal – prévoir pique-nique
<u>Samedi 20 août</u>	Promenade au Mans « <i>Le poumon vert de l'Arche</i> » 12-13 km avec Patricia Alliot-Guichard. Départ 09:00 parking de Montréal
<u>Vendredi 26 août</u>	Promenade à Luché-Pringé « <i>Bords du Loir et coteaux</i> » 10-11 km avec Christian Barrault Départ 09:00 parking de Montréal
<u>Samedi 3 septembre</u>	Forum des associations de 10h à 17h au gymnase de la Monnerie, La Flèche. Bonnes volontés pour tenir le stand du Club Nature bienvenues.
<u>Dimanche 7 septembre</u>	Randonnée à Montigné les Rairies « <i>Itinéraire d'un briquetier</i> » 21 km avec Patricia Alliot-Guichard. Départ 09:00 parking de Montréal – prévoir pique-nique
<u>Samedi 17 septembre</u>	Promenade à La Chapelle aux choux « <i>Circuit des 3 provinces</i> » 11-12 km avec Christian Barrault. Départ 13:30 parking de Montréal
<u>Vendredi 23 septembre</u>	Promenade à Cré , 11-12 km avec Marie Blot. Départ 08:00 parking de Montréal
<u>Vendredi 30 septembre</u>	Balisage circuit vert de St Germain du Val avec Christian Barrault. Départ 13:30 parking de Montréal
<u>Dimanche 9 octobre</u>	Randonnée à Mansigné « <i>circuit du plan d'eau et des menhirs</i> » 18-19km km avec Christian Barrault. Départ 09:00 parking de Montréal – prévoir pique-nique
<u>Samedi 15 octobre</u>	Promenade à Parcé sur Sarthe « <i>balade urbaine</i> » 10 km avec Patricia Alliot-Guichard. Départ 13:30 parking de Montréal
<u>Samedi 22 octobre</u>	Promenade à La Fontaine Saint Martin « <i>balade fontanoise</i> » 12 km avec Christian Barrault. Départ 13:30 parking de Montréal
<u>Vendredi 28 octobre</u>	Balisage circuit vert de St Germain du Val avec Christian Barrault. Départ 13:30 parking de Montréal

<u>Vendredi 4 novembre</u>	Promenade à Bazouges « <i>Le coteau de Bazouges</i> », 11-12 km avec Jean-Paul Bigot. Départ 08:30 parking de Montréal
<u>Vendredi 18 novembre</u>	Balisage circuit vert de St Germain du Val avec Christian Barrault. Départ 13:30 parking de Montréal
<u>Dimanche 20 novembre</u>	Randonnée à Bocé « <i>de Bocé à Cuon</i> » 18 km avec Marie Blot. Départ 08:30 parking de Montréal – prévoir pique-nique
<u>Vendredi 25 novembre</u>	Promenade à Thorée les Pins , 10-12 km avec Marie Blot. Départ 08:30 parking de Montréal
<u>Vendredi 9 décembre</u>	Balisage circuit vert de St Germain du Val avec Christian Barrault. Départ 13:30 parking de Montréal
<u>Samedi 10 décembre</u>	Promenade à Parigné l'Evêque « <i>Les étangs de Loudon</i> » 8 km avec Patricia Alliot-Guichard. Départ 13:30 parking de Montréal
<u>Vendredi 16 décembre</u> Barrault.	Promenade à Clermont Créans « <i>campagne clermontoise</i> » 11-12 km, avec Christian Départ 13:30 parking de Montréal
<u>Jeudi 22 décembre</u>	Promenade à La Flèche « La Monnerie » 10 km avec Marie Blot. Départ 09:00 parking de Montréal
<u>Vendredi 6 janvier</u>	Promenade de rentrée à St Jean de la Motte « <i>Bois de Gallerande</i> », 10-11 km avec Christian Barrault. Départ 13:30 parking de Montréal

Merci de bien vérifier les horaires de départ pour chaque randonnée



Les chiens ne sont pas admis lors des randonnées



Animatrice	Animateur / Balisage	Animatrice / secrétariat
Marie BLOT	Christian BARRAULT	Patricia. ALLIOT-GUICHARD
02 43 45 09 65	02 43 45 19 62	02 43 45 62 06
06 95 44 34 45	06 73 34 40 61	06 79 06 39 68

.PENSEZ A PRENDRE VOTRE CARTE D'ADHESION AU SECRETARIAT DU CARROI :

- Adhésion annuelle Carroi (spectacles et activités) : **15€**
- Adhésion annuelle Club Nature : **5€**

Montant total de l'adhésion : 20€

AU DELA DE LA PREMIERE SORTIE, L'ADHESION AU CARROI EST OBLIGATOIRE

Licence FFRP

Il existe deux sortes de licences individuelles, avec ou sans assurance incluse:

1) Licence FFRP individuelle **IRA, avec RC et accidents corporels, au coût de 29€** pour l'année 2022-2023. Si l'ensemble des randonneurs choisit cette option, le Club Nature bénéficie automatiquement de l'assurance RC fédérale qui le protège en tant qu'association affiliée.

2) Licence FFRP **IR sans assurances au coût de 26,40€** pour l'année 2022-2023 : si vous choisissez cette option, une attestation d'assurance équivalente sera exigée. **Attention, bien vérifier auprès de votre assureur que la pratique sportive de la randonnée reste couverte par votre RC.**

La licence est obligatoire à partir de la deuxième sortie si vous randonnez régulièrement. Elle vous sert également si vous randonnez en dehors du Club Nature.

Un certificat médical de non contre indication à la pratique sportive est nécessaire pour l'obtention de la licence (valable 3 ans).

Abonnement au Magazine Passion Rando, rajouter 8 €.

Contactez votre secrétaire pour toute question administrative