



## **Rando-Santé-Découverte** **Programme du 2<sup>e</sup> trimestre 2023**



*Marcher, goûter la saveur d'un essentiel retrouvé !*

Activité labellisée par **la Fédération Française de Randonnée Pédestre**, Rando-Santé est **une activité physique douce** en priorité pour des personnes aux capacités diminuées provisoirement ou plus durablement.

**Elle a lieu 5 lundis après midis par trimestre de 13h 30 à 16h 30**

**-avec des circuits de 4 à 6 km sur terrain plat, à allure modérée.**

**-avec une ouverture culturelle de découverte des villages du Nord Pas de Calais**

**-en co-voiturage ; coût précisé.**

**A chaque rando, une équipe de 3 animateurs min. vous accueille**  
**(groupe de 20 max)**

**-3 avril : Verlighem et son parc, Jean Pierre, Pierre, Odile D, 2€**

**-8 mai : Armentières, du beffroi à la Lys, Pierre, Odile C, Mimy, 3 €**

**-22 mai : Seclin, de l'église au canal, Odile D, Didier, Mimy, 4 €**

**-12 juin : Willem, La boucle des Bonniers, Odile C, Pierre, Jean Pierre, 2€50**

**-26 juin : Comines, circuit des chouettes, Mimy, Didier, Odile C, 2€50 (+ pot fin année)**

**Comment s'inscrire pour la première fois ?**

**envoyer un mail à [pierrevd59@gmail.com](mailto:pierrevd59@gmail.com). en précisant nom, prénom, tél mobile, mail**