



Rando-Santé-Découverte **Programme du 2^e 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. en précisant nom, prénom, tél mobile, mail