



Rando-Santé-Découverte 1er trimestre 2025



La Marche :

sauver le nomade qui est en nous P.Picq

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 6 lundis après midis par trimestre de 13h 45 à 16h 45

-avec des circuits de 5 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 4 animateurs vous accueille :

- | | |
|--|-------|
| -Lu 6 janvier, Pierre, Karine, Odilou, Malika : circuit des chapelles + la galette au local | 0 € |
| -Lu 20 janvier, Mimy, Odile, Jean Pierre, Odilou : l'île des Bois Blancs, Lille | 1,5 € |
| -Lu 3 février, Odilou, Malika, Pierre, Karine : parc des Ansereilles, Wavrin | 4 € |
| -Lu 24 février, Odile, Jean Pierre, Pierre, Odilou : découverte d'Anstaing | 2,5 € |
| -Lu 10 mars, Jean Pierre, Malika, Pierre, Karine : entre la Marque et la Deule | 0 € |
| -Lu 24 mars, Pierre, Mimy, Odile, Odilou : Wasquehal et sa nouvelle rive | 0 € |

Comment s'inscrire pour la première fois ?

SMS au 06 64 94 25 17 ou envoyer un mail

à pierrevd59@gmail.com ou à mimymercier48@gmail.com

en précisant nom, prénom, tél mobile, mail