



Rando-Santé-Découverte 2ème trimestre 2024



Marcher, c'est lâcher prise, c'est rompre avec le quotidien

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

Elle a lieu 6 lundis après midis par trimestre de 13h 30 à 16h 30

-avec des circuits de 4 à 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 (groupe de 20 max)

-Lu 8 avril : Roncq, circuit St Roch, Pierre, Odile, Mimy, Fabienne. 2,5€

-Lu 15 avril : Marcq, circuit des grenouilles, Odilou, Mimy, Jean Pierre, Fabienne,.0€

-Lu 13 mai : Villeneuve d'Ascq, Lac St Jean, Jean Pierre, Pierre, Odile, Mimi, 1,5€

-Lu 27 mai : Verlinghem, Chemin des templiers, Mimy, Fabienne, Odile, Odilou,.2€

-Lu 10 juin : Phalempin, circuit forestier, Fabienne, Odilou, Jean Pierre, Pierre,.4,5€

-Lu 24 juin : Beuvry la Forêt, La Croix ou Pile, Odile, Odilou, Pierre, Jean Pierre (journée),.6€

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