

**RANDONNEES PEDESTRES
Programme n° 97**

Du 11 SEPTEMBRE au 18 DECEMBRE 2018

Avec les J.R.B

*Un jour
de sentier !*



*Huit jours
de santé !*

Dessin : Claude LAURENT

COTATION DES RANDONNEES

	1/2 JOURNEE		JOURNEE	
	Distance	Dénivelé	Distance	Dénivelé
*	6 à 8 km	50 à 150 m	9 à 12 km	100 à 200 m
**	8 à 10 km	200 à 300 m	12 à 14 km	300 à 450 m
** +	10 à 12 km	250 à 350 m	12 à 16 km	300 à 500 m
***	10 à 13 km	300 à 500 m	15 à 18 km	450 à 750 m
****	12 à 14 km	500 à 600 m	18 à 23 km	750 à 1000 m

Marcheurs débutants ou confirmés, c'est à vous de choisir votre circuit, en fonction de votre forme

RENDEZ-VOUS :

**Parking du gymnase Pierre Minssieux (près du collège Jean Zay)
15 minutes avant l'heure de départ, pour les dernières informations/la répartition par étoile et mettre en place le covoiturage.**

RAPPEL IMPORTANT

- **Tous les 3 ans Certificat médical obligatoire** portant la mention de non contre-indication à la pratique de la randonnée pédestre pour tous les marcheurs.
- Prévoir des chaussures de marche, des vêtements chauds, une cape de pluie.
- Boissons et aliments énergétiques.
- Repas tiré du sac pour les journées ou restaurant (selon programme).
- Tous les participants doivent être assurés par une assurance individuelle accident, les organisateurs déclinent toutes responsabilités en cas d'accident ou de perte.
- Il serait souhaitable que chaque marcheur s'engage à accompagner avec un animateur confirmé au moins une rando par trimestre.

INFORMATIONS

Réunion de programme : De Janvier à Mars 2019

Vendredi 14 Décembre 10H00 Centre Social

Réunion Plénière :

Vendredi 19 Octobre 10H00 Centre Social

Suivi d'un diaporama : **Activité de l'année et séjour à Villers le Lac**

SIRET 31344633800060

Equipe de pilotage des JRB :

Irma DUCHAMP - Eliane GUDEFIN – Rose-Noëlle NIEL – Ginette VILLARD

Christian BETTING - Jacques DUBIEN

LES ANIMATEURS DES J.R.B.

ANTHOUARD Jean Luc		GUDEFIN Eliane	
BARBERO France		GUERRAZ Gérard	
BARGONI Claude		JESUS Patrick	
BECQUET Françoise		MITTLER Gérard	
BETTING Christian		NIEL Rose - Noëlle	
BOISSON Renée Claude		PANDINI Daniel	
COLLADO Christian		POIROT Anne - Marie	
DESBRUERES Christian		SCAGLIONE Viviane	
DHENNIN Bernard		STUTZ Annie	
DUBIEN Jacques		TOLLET Jean	
DUBUS Christian		TOLLET Marie-Thérèse	
DUBUS Yolaine		TOLOSA Jacky	
DUCHAMP Irma		TOUILLET Dominique	
DUMONT Huguette		TUAL Martine	
FAIZANT Michelle		VEILHAN Bernard	
FOUCHER Jean - Jacques		VILLARD Ginette	
GONZALEZ Monique			

**Le programme peut être modifié : lieux, itinéraires, annulation
Selon les circonstances (temps, accompagnateurs, ...)**

Il pleut à l'heure du RDV parking Minssieux
Le département de la sortie est en vigilance
orange ou rouge

SORTIE ANNULEE

