



Les Amis du Népal

association loi 1901

Site : <https://www.adn-pleinair.fr>

Mail : adnpleinair72@gmail.com



Marche Nordique Lundi 13h50-Jeudi 9h30 Rdv parking du verger l'Épau

CALENDRIER des Randonnées Pédestres et Marche Consciente

Mise à jour le 6 mai 2024

SAISON 2023-2024

| Date | | Lieu | Distance | Horaires et lieu de rendez-vous |
|-------------|---|--|--|---|
| Septembre | Dimanche 17 Septembre Cathy Michel B. Michel A. | Ballon Patrimoine Marche consciente Rando | Pique-nique 5,8 km 9 km | Visite guidée Donjon 8 € 9h15 départ Le Mans Carrefour Market la pointe 10h15 Parking Rue de l'Ouest Ballon |
| | Dimanche 01 Octobre Patrick B. | Yvré-l'Évêque Rando | 11 km | 13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe 13h50 Parking parc du Bellay Yvré-l'Évêque |
| Octobre | Dimanche 08 Octobre Annette | Le Grand-Lucé Rando | Ouvert à tous 11 km | 13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe 14h Parking Rue de Belleville Le Grand-Lucé |
| | Dimanche 15 Octobre | Fête de la forêt et de la randonnée | Info FFR | Maison de la Forêt (Plaines de jeux) de 14h à 18h |
| | Dimanche 22 Octobre Cathy | Marche consciente | Ouvert à tous | 13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe |
| | Dimanche 29 Octobre | Sortie champignons | Info ADEL | Des informations plus précises vous seront données par Michel Bourge |
| Novembre | Dimanche 05 Novembre Nelly & Christian | Sargé-les-le-Mans Rando | 11 km | 13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe 13h50 Parking rue des Bruyères Sargé-les-le-Mans |
| | Samedi 11 Novembre FFR | Brevet Sarthois du Randonneur Randonnées et Marche nordique | Info FFR de 5 à 50 km | La Bazoge |
| | Vendredi 17 Novembre | Assemblée Générale | 18h30 | Le Mans Maison des Associations salle de la rotonde |
| | Dimanche 19 Novembre Dominique & Jean-Pierre | Le Mans « Street Art » Rando | 11 km | 13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe 13h45 Parking 184 Avenue des Maillets Le Mans |
| | Dimanche 26 Novembre Cathy | Marche consciente | | 13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe |
| Décembre | Dimanche 10 Décembre Aline & Michel | Etival-Lès-Le-Mans Rando | 9 km | 13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe 13h45 Etival Les Le Mans |
| | Dimanche 17 Décembre Cathy | Saint-Georges-du-Plain Marche consciente | 4.5 km | 13h45 départ Le Mans Carrefour Market la pointe. Le départ se fera à pied du Parking |
| 2024 | | | | |
| Janvier | Dimanche 14 Janvier Michel B. | Galette Rando | 8 km Pique-nique (salle paroissiale) | 9h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe 10h Laigné-en-Belin Rue des manoirs |
| | Dimanche 28 Janvier Cathy | Coulaines Marche consciente | 4km | 13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe |

*Pour les randonnées pédestre les Rdv sont au Carrefour Market Le MANS
(Angle Rue d'Arnage)*

Départ 13h30 (sauf sortie thématique)



Les Amis du Népal

association loi 1901

Site : <https://www.adn-pleinair.fr>

Mail : adnpleinair72@gmail.com



Marche Nordique Lundi 13h50-Jeudi 9h30 Rdv parking du verger l'Épau

CALENDRIER des Randonnées Pédestres et Marche Consciente

Mise à jour le 6 mai 2024

SAISON 2023-2024

| | Date | Lieu | Distance | Horaires et lieu de rendez-vous |
|---------|---|--|-----------------------------------|---|
| Février | Du 02 au 04 Février | Festival du voyageur amateur Laigné-en-Belin | Info ADEL | Contactez Michel Bourge pour plus de renseignements |
| | Dimanche 11 Février Brigitte & Louis | La Chapelle Saint Aubin Rando | 8 Km | 13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe |
| | Dimanche 18 Février | | | 13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe |
| | Dimanche 25 Février Aline & Michel | Coulans Sur Gée Rando | Annulée à cause de la Météo | 13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe 14h Parking de l'ancienne gare à Coulans sur Gée. |
| Mars | Dimanche 03 Mars Dominique & Jean- Pierre | TERREHAUT Rando | 10 Kms | 13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe 14h05 Place de l'Eglise – Mairie de Terrehaut |
| | Dimanche 10 Mars Cathy | BRETTE LES PINS Marche consciente | 4KM | 13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe Rdv à 13h50 Parking du stade de Brette juste après le Château du Haut Bois (Collège agricole) sur la gauche à l'entrée de Brette Les Pins. |
| | Dimanche 17 Mars | Guécélard Rando+repas | Voir Mail | Réservation et covoiturage libre |

Pour les randonnées pédestre les Rdv sont au Carrefour Market Le MANS

(Angle Rue d'Arnage)

Départ 13h30 (sauf sortie thématique)



Les Amis du Népal

association loi 1901

Site : <https://www.adn-pleinair.fr>

Mail : adnpleinair72@gmail.com



Marche Nordique Lundi 13h50-Jeudi 9h30 Rdv parking du verger l'Épau

CALENDRIER des Randonnées Pédestres et Marche Consciente

Mise à jour le 6 mai 2024

SAISON 2023-2024

| | | | | |
|-------|--|--|---|---|
| | | ou Pruillé l'éguillé Rando de 8 km | Voir mail | Journée internationale de la forêt Inscription libre |
| | Dimanche 24 Mars Gilles | La Fontaine-Saint- Martin Rando | 10/12 km | 13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe La Fontaine-Saint-Martin Parking |
| Avril | Dimanche 07 Avril Brigitte & Louis | Sainte Sabine Sur Longève Rando | Annulée cause Météo | 13h15 départ Le Mans Carrefour Market la pointe |
| | Dimanche 14 Avril Aline et Michel | Coulans S/Gée Rando | 11kms | 13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe 14h Parking de l'ancienne gare à Coulans sur Gée. |
| | Dimanche 21 Avril Cathy | Champagné Marche consciente | 4 kms | 13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe Rdv 13h55 au Parking de l'Eglise Saint Désiré D145 puis Centre bourg de Champagné |
| | Dimanche 28 Avril Louis et Brigitte | Sainte Sabine S/Longève Rando | 11Kms | 13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe |
| Mai | Dimanche 05 Mai Brigitte & Louis | ST Léonard/ St Céneri Rando | Annulé cause de la météo | 9h départ Le Mans Carrefour Market la pointe Avec pique-nique |
| | Jedi 9 mai Cathy | 27110 Sainte Opportune du Bosc Patrimoine Marche consciente | Pique- nique | Visite du domaine en libre, tarif :15 € 8h00 précise départ Le Mans Carrefour Market la pointe |

*Pour les randonnées pédestre les Rdv sont au Carrefour Market Le MANS
(Angle Rue d'Arnage)*

Départ 13h30 (sauf sortie thématique)



Les Amis du Népal

association loi 1901

Site : <https://www.adn-pleinair.com>

Mail : adnpleinair72@gmail.com



Marche Nordique Lundi 13h50-Jeudi 9h30 Rdv parking du verger l'Épau

CALENDRIER des Randonnées Pédestres et Marche Consciente

Mise à jour le 6 mai 2024

SAISON 2023-2024

| | | | | |
|------|---|---|--|---|
| | | | | S'inscrire auprès de Cathy |
| | Du 20 au 25 Mai Dominique & Jean-Pierre | Terroir (46) Rando | SÉJOUR | |
| | Dimanche 26 Mai Cathy | Marche consciente | | 13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe |
| Juin | Dimanche 02 Juin Jacques & Françoise | Trôo Rando Visite village | Pique-nique 8 km | Départ Le Mans Carrefour Market la pointe Trôo |
| | Lundi 03 juin | Marche Nordique | Pique-nique 1H30 Le matin, et 5 à 7 kms l'après-midi | RDV à 9h50 à la Gémerie ARNAGE, parking à côté de l'hôtel BSB. |
| | Dimanche 9 juin Dominique, J.Pierre et Annette | Semur-en-Vallon | Pique-nique 1 ^{er} groupe 8Kms 2 ^e groupe 12kms | Départ 9h00 précise Le Mans Carrefour Market La Pointe Rdv 9h45 Parking Etang de Pêche Semur-en-Vallon |
| | Dimanche 16 Juin Cathy | Marche consciente | | 13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe |
| | Dimanche 23 Juin Catherine D ? | | | |
| | Du 28 au 30 juin | Dinard Marche consciente | Info Centre Beaulieu | Contactez Cathy pour plus de renseignements Association Spirales |
| | Samedi 29 juin | Fête du Sport | 10h à 18h | Stade de Marie Marvingt |

*Pour les randonnées pédestre les Rdv sont au Carrefour Market Le MANS
(Angle Rue d'Arnage)*

Départ 13h30 (sauf sortie thématique)



Les Amis du Népal

association loi 1901

Site : <https://www.adn-pleinair.fr>

Mail : adnpleinair72@gmail.com



Marche Nordique Lundi 13h50-Jeudi 9h30 Rdv parking du verger l'Épau

CALENDRIER des Randonnées Pédestres et Marche Consciente

Mise à jour le 6 mai 2024

SAISON 2023-2024

| | | | | |
|---------|----------|--|--|---|
| Juillet | Dimanche | | | 13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe |
| Août | Dimanche | | | 13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe |

Programme sous réserve de modification. D'autres dates pourront s'ajouter au fil de l'eau

***Pour les randonnées pédestre les Rdv sont au Carrefour Market Le MANS
(Angle Rue d'Arnage)***

Départ 13h30 (sauf sortie thématique)