



# Les Amis du Népal

association loi 1901

Site : <https://www.adn-pleinair72.fr/>

Mail : [adnpleinair72@gmail.com](mailto: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 28 août 2024

SAISON 2024-2025

	Date	Lieu	Distance	Horaires et lieu de rendez-vous
Septembre	Dimanche 15 septembre Annette	Surfonds <b>Rando</b>	10 kms	13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe
	Dimanche 22 Septembre Cathy	Azay le Rideau <b>Patrimoine</b>	<b>Resto sur place</b>	<b>Visite Libre</b> <b>7 h 30</b> départ Le Mans Carrefour Market la pointe <b>9 h 30</b> RDV au château
	26-29 septembre Michel Bourge	Laigné-en-Belin, Tour du belinois <b>Rando</b>	15 kms/jour <b>Pique-nique</b>	Contacteur Michel Bourge
Octobre	Dimanche 06 Octobre Brigitte et Louis	Mézières sous Lavardin <b>Rando</b>	15 kms	13h 15 départ Le Mans Carrefour Market la pointe
	Dimanche 13 Octobre Chantal Liège	St Vincent du Lorouër <b>Rando</b>	13 kms	13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe 14h Parking
	Dimanche Octobre	<b>Fête de la forêt et de la randonnée</b>	<b>Info FFR</b>	Maison de la Forêt (Plaines de jeux) de 14h à 18h
	Dimanche 20 Octobre Michel Bourge	<b>Sortie champignons</b>	<b>Ouvert à tous</b>	Des informations plus précises vous seront données par Michel Bourge
Novembre	Lundi 11 Novembre <b>FFR</b>	<b>Brevet Sarthois du Randonneur</b> <b>Randonnées et Marche nordique</b>	<b>Info FFR</b> <b>de 5 à 50 km</b>	La Bazoge
	Dimanche 17 novembre Annette	Le Mans <b>Rando</b>	10 kms	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-pleinair72.fr/>

Mail : [adnpleinair72@gmail.com](mailto: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 28 août 2024

SAISON 2024-2025

	Vendredi 22 Novembre	<b>Assemblée Générale</b>	<b>18h30</b>	Le Mans Maison des Associations salle de la rotonde
	Dimanche 24 Novembre Cathy	<b>Marche consciente</b>		13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe
Décembre	Dimanche 01 Décembre	<b>Rando</b>		13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe
	Dimanche 8 décembre Patricia et Michel	<b>Rando</b>	8 à 10 kms	13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe
	Samedi 14 Décembre Dominique et Jean Pierre	Marché de Noël à Angers		

### 2025

Janvier	Dimanche 19 Janvier Michel B.	<b>Galette</b> <b>Rando</b>	<b>8 à 10 km</b> <b>Pique-nique</b> <b>(salle</b> <b>paroissiale)</b>	9h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe 10h Laigné-en-Belin Rue des manoirs
	Dimanche Janvier	<b>Marche consciente</b>		13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe

	Date	Lieu	Distance	Horaires et lieu de rendez-vous
Février	Du Février	Festival du voyageur amateur Laigné-en-Belin	<b>Info ADEL</b>	Contactez Michel Bourge pour plus de renseignements
	Dimanche 9 Février	<b>Rando</b>		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-pleinair72.fr/>

Mail : [adnpleinair72@gmail.com](mailto: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 28 août 2024

SAISON 2024-2025

	Dimanche Février			13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe
	Dimanche Février	Rando		13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe
Mars	Dimanche Mars	Rando		13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe
	Dimanche Mars	Marche consciente		13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe
	Dimanche Mars	Guécélard Rando+repas ou Pruillé l'éguillé Rando de 8 km	Voir Mail  Voir mail	Réservation et covoiturage libre  Journée internationale de la forêt Inscription libre
	Dimanche 23 Mars	Rando		13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe
Avril	Dimanche 6 Avril	Rando		13h15 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-pleinair72.fr/>

Mail : [adnpleinair72@gmail.com](mailto: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 28 août 2024

SAISON 2024-2025

	Dimanche Avril	Rando		13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe
	Dimanche Avril Cathy	Marche consciente		13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe
	Dimanche 28 Avril	Rando		13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe
Mai	Dimanche Mai	Rando		départ Le Mans Carrefour Market la pointe
	Jeudi mai	Patrimoine Marche consciente	Pique-nique	précise départ Le Mans Carrefour Market la pointe S'inscrire auprès de Cathy
	Dimanche Mai Cathy	Marche consciente		13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe
Juin	Dimanche Juin	Rando Visite village		Départ Le Mans Carrefour Market La Pointe
	Lundi juin	Marche Nordique	Pique-nique 1H30 Le matin, et 5 à 7 kms l'après-midi	RDV à 9h50
	Dimanche juin		Pique-	Départ précise Le Mans Carrefour

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-pleinair72.fr/>

Mail : [adnpleinair72@gmail.com](mailto: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 28 août 2024

SAISON 2024-2025

			nique 1 <sup>er</sup> group 2 <sup>e</sup> groupe	Market La Pointe
	Dimanche Juin Cathy	Marche consciente		13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe
	Dimanche Juin l	Rando		13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe
	Du 27 au 29 juin	Dinard Marche consciente	Info Centre Beaulieu	Contacteur Cathy pour plus de renseignements Association Spirales
	Samedi juin	Fête du Sport	10h à 18h	Stade de Marie Marvingt
	6 au 12 juillet Brigitte et Louis	LAMOURA -JURA Rando	SEJOUR	
Juillet	Vendredi juillet	Rando Gourmande		Contacteur Michel Bourge
	Dimanche juillet			départ Le Mans Carrefour Market la pointe
Août	Dimanche août			départ Le Mans Carrefour Market la pointe
Septembre	1 <sup>er</sup> au 6 septembre Brigitte, Aline,Louis,Michel	ERQUY Rando	SEJOUR	

*Programme sous réserve de modification. D'autres ates 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)**