



Les Amis du Népal

association loi 1901

Site : <https://www.adn-pleinair72.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 4 novembre 2024

SAISON 2024-2025

	Date	Lieu	Distance	Horaires et lieu de rendez-vous
Septembre	Dimanche 15 septembre Annette	Surfonds Rando	10 kms	13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe
	Dimanche 22 Septembre Cathy	Azay le Rideau Patrimoine	Resto sur place	Visite Libre 7 h 30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe 9 h 30 RDV au château
	26-29 septembre Michel Bourge	Laigné-en-Belin, Tour du belinois Rando	15 kms/jour Pique-nique	Contacteur Michel Bourge
Octobre	Dimanche 06 Octobre Brigitte et Louis	Mézières sous Lavardin Rando	12/13 kms	13h 15 départ Le Mans Carrefour Market la pointe RDV 14 h au niveau de l'église de Mézières sous Lavardin
	Dimanche 20 Octobre Michel Bourge	Sortie champignons Forêt de Bercé	Ouvert à tous	Des informations plus précises vous seront données par Michel Bourge RDV à 9h00 au Parking de hyper U à Ecomoy
Novembre	Lundi 11 Novembre FFR	Brevet Sarthois du Randonneur Randonnées et Marche nordique	Info FFR de 5 à 50 km	La Bazoge
	Dimanche 17 novembre Catherine Dubreuil	Le Mans Arche de la nature Rando	10Kms	Rdv Parking du Verger
	Vendredi 22 Novembre	Assemblée Générale	18h45	Le Mans Maison des Associations salle de la rotonde

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



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

CALENDRIER des Randonnées Pédestres et Marche Consciente

Mise à jour le 4 novembre 2024

SAISON 2024-2025

	Dimanche 24 Novembre Cathy	Coulaines Marche consciente	4kms	13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe Rdv 13h45 au Parking Espace Sportif Georges Bollengier Stragié
Décembre	Dimanche 01 Décembre	Rando		13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe
	Samedi 7 décembre Dominique et Jean Pierre	Marché de Noël à ANGERS	8 à 10 kms 10 kms Repas au restaurant	Déplacement en train RDV sur le quai de la gare à 9h00
	Dimanche 15 Décembre Patricia et Michel	Parc Monod et l'Épine Rando	8 kms	13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe
	Dimanche 22 décembre Cathy	Marche consciente		
2025				
Janvier	Dimanche 5 janvier Cathy	Marche consciente		
	Dimanche 19 Janvier Michel B.	Galette Rando	8 à 10 km Pique-nique (salle paroissiale)	9h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe 10h Laigné-en-Belin Rue des manoirs
	Dimanche 26 Janvier			13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe
	Date	Lieu	Distance	Horaires et lieu de rendez-vous
Février	Le 1 ^{er} et le 2 Février Michel	Festival du voyageur amateur Laigné-en-Belin	Info ADEL	Contactez Michel Bourge pour plus de renseignements

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



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

CALENDRIER des Randonnées Pédestres et Marche Consciente

Mise à jour le 4 novembre 2024

SAISON 2024-2025

	Dimanche 9 Février Annette	Rando		13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe
	Dimanche 16 Février			13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe
	Dimanche 23 Février Aline et Michel	Rando	10-12 kms	13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe
Mars	Dimanche 2 Mars	Rando		13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe
	Dimanche 9 Mars			13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe
	Dimanche 16 Mars	Guécélard Rando+repas	Voir Mail	Réservation et covoiturage libre
	Dimanche 23 Mars Dominique et Jean	Coudrecieux Rando		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



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

CALENDRIER des Randonnées Pédestres et Marche Consciente

Mise à jour le 4 novembre 2024

SAISON 2024-2025

	Pierre			
	Dimanche 30 mars Cathy	Marche consciente		13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe
Avril	Dimanche 6 Avril Aline et Michel	Rando	10-12 kms	13h15 départ Le Mans Carrefour Market la pointe
	Dimanche 13 Avril	Rando		13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe
	Dimanche 27 Avril Chantal Liège	Saint Vincent du Lorouër , forêt de Bercé Rando	13 kms	13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe
Mai	Dimanche 4 Mai Patricia et Michel	Boucle St Pavace à Coulaines Rando	12 kms	départ Le Mans Carrefour Market la pointe
	Dimanche 11 mai	Rando		précise départ Le Mans Carrefour Market la pointe
	Dimanche 18 Mai Annette	Rando		13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe
	Dimanche 25 mai	Rando		
Juin	Dimanche 1er Juin	Rando		Départ Le Mans Carrefour Market La Pointe
	Lundi juin	Marche Nordique	Pique-nique	RDV à 9h50

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



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

CALENDRIER des Randonnées Pédestres et Marche Consciente

Mise à jour le 4 novembre 2024

SAISON 2024-2025

	Dimanche 8 juin Françoise et Jacques	Aubigné Racan Site de Cherré Rando	19 kms et Pique- nique	Départ précise Le Mans Carrefour Market La Pointe
	Dimanche 15 Juin Dominique et Jean- Pierre	Rando La Flèche	Pique- nique de fin d'Année	13h30 départ Le Mans Carrefour Market la pointe
	Dimanche 22 Juin	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	
	Vendredi juillet	Rando Gourmande		Contacteur Michel Bourge
Juillet	Dimanche 20 juillet			départ Le Mans Carrefour Market la pointe
Août	Dimanche août			départ Le Mans Carrefour Market la pointe
Septem bre	1 ^{er} 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)