



RANDONNEES

Septembre 2015 à Février 2016



« Marcher ensemble, découvrir la campagne Sarthoise et son patrimoine, échanger, se retrouver et....s'oxygéner...C'est ce que vous propose dans une ambiance conviviale...L.S.R. 72

- ❖ Au programme du 03 Septembre 2015 au 18 Février 2016 :
- ❖ 2 sorties pique-nique : Le 1^{er} Octobre 2015 à St Julien des Eglantiers (53) et le 7 Janvier 2016 Journée des Capricornes à Montfort le Gesnois/Soulitré avec diaporama Année 2015.
- ❖ 1 sortie restaurant à Ségrie le 10 Décembre 2014.
- ❖ Le programme Février 2016 - Février 2017 sera établi ultérieurement.

Pour les sorties avec restaurant, les inscriptions et le règlement doivent être faits à l'Association ou aux animateurs de la rando, au plus tard 15 jours avant la randonnée.

Et, comme d'habitude, pour toutes les sorties prévues l'après-midi :

Rendez-vous à **13h15 (horaire modifié)** Parking du magasin « Carrefour Market » à la Pointe ou à 14h au point fixé pour le départ de la balade.

« A L.S.R : la rando ...ça marche !!! »

Pour obtenir des renseignements complémentaires, veuillez vous adresser aux animateurs randos L.S.R. dont vous trouverez ci-dessous la liste et le n° de téléphone.

Christiane AUBRY : 02 43 78 17 35 ou 06 30 16 70 46	Claudine - Michel DAVID : 02 43 89 70 50 ou 06 28 19 75 53
Christian LELOUP : 02 43 81 06 32 ou 06 33 45 72 39	François FOURMI : 02 43 89 71 43 ou 06 36 60 34 76
Jean Michel GESLIN : 06 67 80 60 11	Bernard GRATTE : 02 43 28 62 02 ou 06 75 60 16 35
Louissette Jean-Claude JUPIN : 02 43 47 83 48	Nicole NAIL : 02 43 28 78 83 ou 06 79 40 01 64
Jean Luc PELLIER : 02 43 72 59 91 ou 06 10 89 63 92	Bernard TESSIER : 02 43 72 15 90 ou 06 66 14 52 54
Jacky POIRIER : 02 43 72 08 64	Gilbert TROUILLET : 02 43 85 91 33 ou 06 83 19 64 14
Christian TROTTE : 02 43 81 72 40 ou 06 11 70 25 17	Daniel BRUNEAU : 06 87 14 09 36
Gisèle TURPIN : 02 43 86 91 25 ou 06 73 03 17 84	

RANDONNEES PEDESTRES SEPT.2015 à FEVR. 2016



Date	Lieu de Rando.	Pt de Rendez-Vous	Animateurs L.S.R.72
03 Sept.	La Chapelle St Fray	14h. Pkg du Stade	Gisèle - Nicole - Christiane
17 Sept.	Vibraye	14h. Place de l'Eglise	Gilbert - Christiane
01 Oct.	St Julien des Eglantiers (53)	9h30: Place de l'Eglise Matin : 10km Pique-nique. Après-midi : 4km	Gilbert - Daniel - Nicole - Jean-Luc
15 Oct.	Joué l'Abbé	14h. Place de l'Eglise	Bernard G. Bernard T. Jacky.
29 Oct.	Beillé	14h. Place de l'Eglise	Christian - Jean-Michel - Monique
12 Nov.	Mézeray	14h. Pkg derrière l'Eglise	Jean-Claude - Louissette
26 Nov.	Nuillé le Jalais	14h. Pkg de l'Eglise	Claudine - François
10 Déc.	Ségrie	9h30 Place de la gare. Matin : 10km Repas Restaurant. Après-midi : Visite de Beaumont/Sarthe	Gilbert - Jacky - Michel
2016			
07 Janv.	Rando des Capricornes	9h30 Pkg des Sittelles Montfort. Rando (9 - 10 km). Pique nique. Soufflère. Projection diapos.	François - Claudine - Gilbert - Michel
21 Janv.	Le Mans (Parcours Confluence)	14h. Pkg Quai Louis Blanc Le Mans	Jean-Claude - Louissette
04 Févr.	Ruaudin	14h. Parking Décathlon	Christian - Jean-Michel - Monique
18 Févr.	Sargé	14h. Pkg. Près de la salle des Fêtes	Nicole - Bernard T. - Jean-Luc.

N.B. Toutes nos randos font environ 10 km, sauf celles sur la journée avec pique-nique (*en italiques*) ou restauration (*en gras*)

Un petit rappel à toutes et à tous :

Quelques consignes qu'il n'est pas inutile de préciser étant donné l'importance de notre groupe parfois :

1. Etre adhérent à Lsr 72 ou Lsr Ptt.
2. Inscription à l'activité "rando" (5 €) pour l'année civile avec certificat médical (validité 2 ans)
3. Respecter le code de la route (Marche sur la route définie par les responsables de la sortie).
4. Ne pas dépasser "les responsables".
5. Signaler son "arrêt technique" par un sac à dos, un bâton, ou tout autre moyen.
5. Tenir compte des "consignes" des responsables qui sont toutes et tous des bénévoles.

LA SECURITE EST L'AFFAIRE DE TOUS .