



2018/2019

PROGRAMME DES ACTIVITES PROPOSEES

JOUR	HORAIRE	DISCIPLINE	LIEU ET TYPE ACTIVITE	RESPONSABLE
DIMANCHE	09 H 00	MARCHE NORDIQUE	TABLES BORD CANAL initiation - seances de 2 H environ	SERGE 06 61 12 17 84
LUNDI MATIN	09 H 00	MARCHE NORDIQUE	FORET MONTECH - PARKING GRAND ROND Séance 2 H perfectionnement 12 kms MAXI	MAÏTE 067711056
LUNDI APRES MIDI	13 H 30	RANDO CONVIVIALE	TABLES BORD CANAL Balade de 10 à 14 kms autour de Montech avec une sortie extérieure mensuelle	MARIE MARTIN 0651732038
MARDI APRES MIDI	13 H 30	RANDO SANTE	TABLES BORD CANAL Balade de 6 kms autour de Montech et 2 sorties extérieures mensuelles	HERMINE 0780012665
JEUDI	8 H 30 OU 13 H 30	RANDO CONVIVIALE	PARKING DELBOSC RANDONNEE CONVIVIALE parcours de 20 kms maxi avec dénivelé faible hors Montech avec covoiturage	MARIE-NOELLE 0621057997
JEUDI	7 H 30	RANDO SPORTIVE	PARKING DELBOSC RANDONNEE CONVIVIALE parcours de 30 kms maxi avec dénivelé variable, covoiturage	DANIEL 0687522011

IMPORTANT

Les informations relatives à la vie du club ainsi que les randonnées du jeudi qui font l'objet d'un planning trimestriel, sont consultables sur le site :

www.randonnee-montech.clubeo.com

adresse mail : lespoupilsmontechois82@gmail.com