



SAINTONGE - AUNIS - RANDONNÉES

20 bis, rue Guynemer – 17100 SAINTES – 05 46 90 16 01

strich.christian@orange.fr - 06 86 73 73 04

MOIS D'AVRIL 2023

02 Avril 2023

Saint Savinien

2 boucles

Carte Michelin 324 local : F 4

08h45 Rendez-vous sur le parking a côté de l'office de tourisme et de la base de loisirs de St Savinien, proche du Pont le long de la Départementale D18 (adresse rue des Bateliers le Mung).

09h00 Départ pour une boucle de 11 km environ, quelques dénivelés.

Repas tiré du coffre. Pas d'abri, prévoir sièges car des tables et des bancs sur place mais pas toujours disponibles. Toilettes à proximité.

Après le repas départ pour une boucle de 10 km environ sans difficultés.

Organisation : Joëlle Bonicel 06 80 55 21 14

Françoise Lacaille 06 86 18 24 91

Catherine Capron 06 61 32 98 55

16 Avril 2023

Echillais Rochefort (lieu dit Martrou)

2 boucles

Carte Michelin 324 Local : E 4

Autour du Pont Transbordeur de Martrou

I.G.N. 1430 OT

08h45 Rendez-vous au « Parking de la Maison du Tranbordeur ». Sur la D733, prendre à l'échangeur la direction d'Echillais et suivre la signalisation « Pont Transbordeur de Martrou ».

09h00 Départ pour une boucle de 13,5 km environ.

Repas tiré du coffre. Prévoir sièges, pas d'abri.

Après le repas traversée de la Charente par le pont Transbordeur (2,6 € par personne A/R prévoir monnaie, tarif groupe*) puis randonnée de 9,5 km environ, possibilité de visiter le musée du pont transbordeur au retour de la randonnée (gratuit).

***N.B. : une inscription pour le passage doit être effectuée :**

Soit le matin avant le départ de la 1ère boucle au lieu de rendez-vous

- **Soit par SMS le samedi à Roger Cantinau si vous randonnez que l'après-midi**

Organisation: Lydie et Roger Cantinau 06 87 05 43 76 ou 06 32 81 41 70

Myriam et Jean-Luc Lavoix 07 88 48 37 02 ou 06 81 60 24 02

23 Avril 2023

Loulay 17330

2 boucles

Carte Michelin 324 Local :G 3

08h45 Rendez-vous devant la gare, rue Traversière.

09h00 Départ pour une boucle de 12 km environ : Bois d'Essouvert.
Repas tiré du coffre. Pas d'abri. Prévoir sièges, toilettes sur le parking.

Après le repas, départ pour une boucle de 10 km environ : Fontaine au roi.

Organisation : Marie-France Baudoin 06 16 15 60 29 Françoise Guibert 06 85 91 50 93
Robert Emery 06 83 55 54 80

LE 30 AVRIL la randonnée sera celle faite habituellement le 1er Mai dont vous trouverez le programme à la fin de ce programme d'Avril, car il nécessite une réponse pour le repas du soir.

A retenir pour Mai 2023 :

07 MAI : A définir (Viaud - Rousset)

14 Mai : Angoulins (Vicard - Ecolan)

21 MAI : Dampierre sur Boutonne (Bertin -Strich -Perez)

PETITE MARCHÉ

Mercredi 05 Avril : Claudinette Marchand 06 71 53 31 55 - Fabienne Bourciquot 06 74 77 50 69

Mercredi 12 Avril : Sylvie Lescure 06 82 44 74 18

Mercredi 19 Avril : Denise Hannicotte 06 81 91 29 80

Mercredi 26 Avril : Daniel Artaud 06 84 52 02 46

Rendez-vous à 13h30 au Parking de l'Abbaye aux Dames

MARCHE NORDIQUE

Samedi 01 Avril

Samedi 08 Avril

Samedi 15 Avril

Samedi 22 Avril

Samedi 29 Avril

Rendez-vous à 8h45 sur les lieux précisés par mail aux participants quelques jours avant chaque sortie.

Animateurs : Odile Bertrand 06 80 70 69 39 et Dominique Palvadeau 06 28 39 13 08

Merci de confirmer la présence la veille si possible.

BUNGY PUMP

Vendredi 07 Avril

Vendredi 14 Avril

Vendredi 21 Avril

Départ parking du stade de Fontcouverte : 9h

Animateur : Aldo Barbisan 06 52 82 73 92 aldo.barbisan@orange.fr

RANDONNEE du 30 AVRIL QUI CORRESPOND A CELLE HABITUELLE du 1er MAI

Cette randonnée est proposée avec deux possibilités :

- 1ère une boucle de 37 km avec marche à un rythme soutenu au départ de St Sauvant
- 2ème une boucle de 23 km avec marche habituelle de 4 km/h au départ de Fontdouce

Les personnes qui désirent se joindre au groupe de St Sauvant, aux différentes haltes, devront marcher à un rythme soutenu.

SAINT SAUVANT

1 boucle

Carte Michelin 324 Local : G5

07h15 Rendez-vous sur le parking à l'entrée de St Sauvant côté route de Cognac, prendre à droite la direction Ecoles, le parking est avant à gauche.

07h30 Départ pour une boucle de 37 km environ.

- Vers 9h : pause ravitaillement à Fontdouce (parking de l'Abbaye)
- Vers 12h30 : pique-nique sorti du sac à Louzac St André sous le préau de l'école
- Vers 17h30 : retour à **St Sauvant**.

FONTDOUCE

1 boucle

Carte Michelin 324 local : H5

08h15 Rendez-vous sur le parking de l'Abbaye de Fontdouce.

08h30 Départ pour une boucle de 23 km environ, 12 km le matin et 11 l'après midi.

Repas tiré du sac à Louzac St André sous le préau de l'école.

Possibilité de faire le matin ou l'après-midi, voir avec les organisateurs.

Organisation : Robert Emery 06 83 55 54 80 - Babeth Cerf 06 87 23 50 13 - Thérèse Guyot 06 78 19 19 47

Monique Vicard 06 75 12 88 44

Le soir à 20 heures : ouvert à tous, le repas traditionnel du 1er Mai, qui pour une fois sera le 30 Avril et se tiendra au restaurant Le Moulin de la Baine 14 rue Colbert à Chaniers.

Le menu proposé est le suivant au prix de **28 €**.

Kir ou cocktail sans alcool

Entrée : Salade César

Plat : Filet mignon cuit à basse température, sauce chorizo
Garniture du moment

Assiette de fromages et sa verdurette

Dessert: Crème prise à la fève tonka

Café et 1/4 de vin charentais

Bulletin d'inscription ci-dessous à adresser avec le règlement avant le **10 Avril 2023** à Elisabeth Cerf 20 bis rue Guynemer Saintes

Bulletin d'inscription Diner du 30 Avril

Nom Prénom

Nombre de personne x 28 € =

A adresser avant le **10 AVRIL 2023** à Elisabeth Cerf 20 rue Guynemer 17100 Saintes accompagné du chèque libellé à l'ordre de Saintonge Aunis Randonnées