



SAINTONGE - AUNIS - RANDONNÉES

31 rue du Cormier – 17100 SAINTES – 05 46 97 57 12 – 06 73 13 98 65

sarandonnees.programmes1@gmail.com / 06 64 02 66 53

MOIS DE NOVEMBRE 2024

03 Novembre 2024

JUICQ

2 boucles

Carte Michelin 324 local : G 4

08h45 Rendez-vous parking de la Mairie.

09h00 Départ pour une boucle de 11,5 km environ – 116 m dénivelé.

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

Après le repas départ pour une boucle de 10 km environ – 129 m dénivelé.

Organisateurs : Marie France BAUDOUIN 06 16 15 60 29

Yolande PELTIER 06 80 85 67 94

Lydie CANTINIAU 06 87 05 43 76

Philippe & Sylviane CHESNEL 06 71 10 66 84 / 06 89 15 74 06

10 Novembre 2024

ARCES-SUR-GIRONDE

2 boucles

Carte Michelin 324 Local : E 6

08h45 Rendez-vous parking du cimetière d'Arces (prendre la 1ère à droite au rond-point à l'entrée du village en arrivant par la D114).

09h00 Départ pour une boucle de 11 km environ.

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

Après le repas, départ pour une boucle de 11 km environ.

Organisateurs : Myriam & Jean-Luc LAVOIX 06 81 60 24 02 ou 07 48 88 37 02

17 Novembre 2024

PREGUILLAC

2 boucles

Carte Michelin 324 Local : G 6

08h45 Rendez-vous parking du lac lieu-dit Cloné Flanquet de Préguillac sur la D138 en direction de Tesson.

09h00 Départ pour une boucle de 13 km environ.

Repas tiré du coffre, prévoir sièges, abri.

Après le repas, départ pour une boucle 8 km environ.

Organisateurs : Laure FIAUD 06 80 03 33 27 & Laurent VERDON

24 Novembre 2024

SAINT-BRIS-DES-BOIS
(Abbaye de Fontdouce)

2 boucles

Carte Michelin 324 Local : H 5

08h45 Rendez-vous parking de l'Abbaye Parc Aventure. A la sortie de St-Bris prendre à gauche la D131 direction Burie.

09h00 Départ pour une boucle de 12 km environ.
Repas tiré du coffre, prévoir sièges, pas d'abri.

Après le repas, départ pour une boucle de 9 km environ.

Organisatrices : Odile DURAND 07 49 55 68 74

Thérèse GUYOT 06 78 19 19 47

A retenir pour Décembre 2024 :

1 Décembre : A prendre

8 Décembre : Non défini (Strich)

15 Décembre : Chermignac « Rando Vin chaud » (Cerf, Viaud, Aubert)

PROMENADE

Mercredi 06 Novembre : Claudinette MARCHAND 06 71 53 31 55 & Fabienne BOURCIQUOT 06 74 77 50 69

Mercredi 13 Novembre : Daniel ARTAUD 06 84 52 02 46

Mercredi 20 Novembre : Patricia DEVRED 06 17 37 79 91

Mercredi 27 Novembre : Sylvie LESCURE 06 82 44 74 18

Rendez-vous au parking de l'Abbaye aux Dames pour un départ à 13h30

MARCHE de 10 km du mercredi après-midi au rythme de 4 km/h

06 Novembre 2024

Organisateur : Jamy PINEAU 06 47 54 38 49

Marche à Pisany de 10 km environ.

Rendez-vous : à Saintes sur le parking Mendès France côté Charente et Avenue de Saintonge à **13h45**
ou directement à Pisany sur le parking du château derrière les Halles à **14h10**.

13 Novembre 2024

Organisateur : Dominique PALVADEAU 06 28 39 13 08 & Philippe CHESNEL 06 89 15 74 06

Marche à Nieul-les-Saintes de 10 km environ.

Rendez-vous : à Saintes sur le parking Mendès France côté Charente et Avenue de Saintonge à **13h45**
ou directement à Nieul-les-Saintes sur le parking de salle des fêtes à **14h10**.

20 Novembre 2024

Organisateur : Robert EMERY 06 83 55 54 80

Marche à Pessines de 9,5 km environ.

Rendez-vous : à Saintes sur le parking Mendès France côté Charente et Avenue de Saintonge à **13h45**
ou directement à Pessines sur le parking du dépôt de pains à **14h10**.

27 Novembre 2024

Organisatrice : Monique VICARD 06 75 12 88 44

Marche à Thenac de 11 km environ.

Rendez-vous : à Saintes sur le parking Mendès France côté Charente et Avenue de Saintonge à **13h45**
ou directement à Thenac sur le petit parking Rue de la Paix près de la salle Hélène Neveu.
Accès par la rue entre église et écoles ou par la petite rue face au cimetière à **14h10**.

MARCHE NORDIQUE

Samedi 02 novembre

Samedi 9 novembre

Samedi 16 novembre

Samedi 23 novembre

Rendez-vous à 8h45 sur les lieux précisés par mail aux participants quelques jours avant chaque sortie. Merci de confirmer la présence la veille si possible.

Animateurs : Odile BERTRAND 06 80 70 69 39

Dominique PALVADEAU 06 28 39 08 13 08

NOUVEAU SEANCE AMELIORATION DE TECHNIQUE MARCHE NORDIQUE

Jeudi 07 novembre Aux Essards RDV parking des écoles à 9h

Animateur Dominique PALVADEAU 06 28 39 08 13 08