



Loisirs Pour Tous

loisirspourtous.cubzaguais@gmail.com

loisirs-pour-tous-cubzaguais.fr

Programme des Marches de Mai 2024

Heure de départ des marches :

HORAIRES

Lundi : 14h00 - Mardi, Jeudi : 13h30

Le rendez-vous **pour toutes les marches** est au parking de
La Plaine des Sports Laurent Ricci, 1235 route du Bouilh,

Choisissez bien vos marches

Lundi : 5 à 6 km. Marches à rythme lent réservées aux personnes dont l'âge ou l'état de santé ne permet plus de participer aux autres randonnées. **Si vous voulez marcher plus vite, merci de choisir un autre jour de marche.**

Mardi : rythme et/ou longueur des marches plus adaptés aux marcheurs plus en forme.

Jeudi : marches à rythme moyen. Nous essayons de ne pas dépasser 10 km. **Si vous voulez marcher plus vite merci de choisir un autre jour de marche.**

Les consignes du « Guide du Randonneur » que vous signez s'appliquent à toutes les marches, quel que soit le jour.

Merci de les respecter, pour votre santé et votre sécurité.

Mai 2024

Jeudi 2: Berson – 8.6 Km

Départ: Parking Salle des fêtes (A/R 41Km)

Guide : Jocelyne Arnaud

Tel : 06 03 36 04 07

Lundi 6 :Lapouyade – 6Km

Départ: Parking Jean Devaux (A/R 42Km)

Guide : Michel DELBURG

Tél: 06 01 17 37 07

Mardi 7: Lapouyade – 13Km

Départ: Parking Salle des fêtes (A/R 42Km)

Guide: Michel DELBURG

Tél : 06 01 17 37 07

Jeudi 9 : **ASCENSION**

Lundi 13: Libourne Lac des Dagueys– 6km

Départ: Parking Restaurant du lac (AR 42Km)

Guide : Sylvie Yoteau

Tél : 06 75 01 86 74

Mardi 14 : Saugon –12.5 km

Départ: Parking du tennis à cote de la mairie (AR 42Km)

Guide : Noël LIGNAT

Tél : 06 08 26 54 96

Jeudi 16 : **Sortie COUPOLE "TWIST A ST TROPEZ "**

Marche : Lansac – 10km (Deniveles 1)

Départ: Parking écoles (A/R 24km)

Guide: Jocelyne Arnaud

Tél : 06 03 36 04 07

Lundi 20 : **Pentecôte**

Mardi 21 : Preignac Marcamps – 11km

Depart: Parking de la Mairie (A/R 14km)

Guide: Michel DELBURG

Tel: 06 01 17 37 07

Jeudi 23 : Ambares - 11km

Depart: Parking City Parc Ambares (AR 22Km)

Guide : Daniel GOMBAUD

Tél: 06 11 65 57 18

Lundi 27: Lugon – 6Km

Depart: Parking Mairie-Ecoles (AR 20Km)

Guide: Jacotte Barton

Tél : 06 78 31 96 61

Mardi 28 : **Sortie à la journée - Bayas – 20Km**

Départ 8h30 – Pic-Nic tire du sac

Depart: Parking de l'église de Bayas (A/R 46Km)

Guide: Daniel GOMBAUD

Tél : 06 11 65 57 18

Jeudi 30 : Saint Germain la Rivière – 8.5Km

Départ : Parking Syndicat d'initiative (AR 22Km)

Guide: Michel DELBURG

Tél : 06 01 17 37 07

Changement d'horaires le 3 juin 2024

Lundi 8h30 - Mardi et Jeudi 8h

Légendes dénivelées : 1 Faibles – 2 Moyens – 3 Forts

**QUE LES VOLONTAIRES QUI DESIRENT GUIDER NOUS
PROPOSENT DES MARCHES DE LEUR CHOIX ENTRE LE
1^{er} ET LE 15 DE CHAQUE MOIS**

Contacter :

Michel DELBURG 06 01 17 37 07

Sylvie YOTEAU 06 75 01 86 74



Loisirs Pour Tous

loisirspourtous.cubzaguais@gmail.com

loisirs-pour-tous-cubzaguais.fr

