



Mairie de Lalinde
36 bd Stalingrad
24150 Lalinde

Calendrier hiver 2018 – printemps 2018

Dans ce calendrier nous vous proposons des sorties réparties en demi-journées et journées et séjour. Ces sorties sont ouvertes à tout public, cependant tout marcheur extérieur au club a droit à une sortie, et il doit adhérer à l'association en prenant sa licence auprès de la secrétaire, en fournissant un certificat médical déclarant apte à la randonnée, celui-ci sera valable 3 ans.

Le programme des sorties de RANDO SANTE est inclus, les randonnées sont indiquées d'une couleur différente mais elles sont ouvertes à tous les adhérents avec la formule « moins vite moins loin moins longtemps »

Les chiens sont admis mais obligatoirement tenus en laisse par le propriétaire

Le covoiturage est conseillé A vous de vous organiser

Date	Heure de départ	Lieu de départ	Descriptif du circuit
------	-----------------	----------------	-----------------------

Janvier

SEJOUR A LA NEIGE LUZ ST SAUVEUR EN CAR : 6 jours lundi 29 janvier au samedi 03 février
Michel PELE 06 75 54 32 46

Février

Jeudi 01 février	14 h	Baneuil Place de la mairie	8 km bois et champs Claudette Grellety 06 16 13 12 57
Rando Santé Jeudi 08 février	13 h 30	Pôle de santé Lalinde	13 h 45 la Guillou Michèle Audoubert 06 50 04 89 61
Dimanche 11 février	9 h	St Innocence Parking cimetièrre	12 km par monts et par vaux Marie A Bouchilloux 06 79 71 01 13

Situation du village D 933 → Eymet 9 km avant Eymet sur droite en venant de Bergerac

Dimanche 18 février	9 h	St Félix de Villadeix Parking de la mairie	12 km campagne environnante Bruno Durand 05 53 74 27 89
---------------------	-----	---	--

Rando Santé

Jeudi 22 février	13 h 30	Pôle santé Lalinde	6 km la plaine Calès 14 h chez Patrick Brun
------------------	---------	-----------------------	--

Dimanche 25 février	9 h	Lalinde Parking mairie	20 km campagne environnante pique nique tiré des sacs Allure libre Jean Pierre Sabard 06 83 03 57 90
---------------------	-----	---------------------------	---

Mars

Dimanche 04 mars 50 km Lalinde 3 circuits 50 km – 24, 150 km – 12 km
Inscription en ligne www.ikinoa.com

Jeudi 08 mars	14 h	Molières Place centrale	8 km par monts et par vaux Patrick Brun 06 87 89 52 16
---------------	------	----------------------------	---

Dimanche 11 mars	Car	7 h 15 à Creysse 7 h 30 collège Lalinde	Etape 4 « Sur les pas des hommes de Lascaux » Sergeac aux Eyzies 22 km
------------------	-----	--	--

Tarif 10 € possibilité de s'arrêter à midi pique nique tiré du car : Michèle Audoubert 06 50 04 89 61

Rando Santé

Jeudi 15 mars	13 h 30	Pôle de santé Lalinde	6 km autour de St Nexans 14 h église Annie et Jacky
---------------	---------	--------------------------	--

Dimanche 18 mars	9 h	Belvès Place de la Halle	12 km le matin 8 km après midi campagne environnante Repas tiré des sacs Dominique Dervieux 06 83 27 37 94
------------------	-----	-----------------------------	---

Dimanche 25 mars	9 h	Mauzac Gd Castang Mauzac place de la mairie	12 km point culminant théâtre et forêt Colette Pageot 06 28 27 07 44
------------------	-----	---	---

Rando Santé

Jeudi 29 mars	13 h 30	Pôle de santé Lalinde	6 km Cause de Clérans 13 h 45 parking presbytère Claudette Grellety
---------------	---------	--------------------------	---

Avril

Jeudi 05 avril	14 h	St Perdoux Place du village	8 km campagne environnante Marie A Bouchilloux 06 79 71 01 13
----------------	------	--------------------------------	--

Bergerac prendre la N 21 en → de Bouniagues et 3 km après le village St Perdoux

Dimanche 8 avril car 7 h 30 Creysse Etape 5 « Sur les pas des hommes
7 h 45 Collège Lalinde de Lascaux » Les Eyzies Limeuil **25 km**
Tarif 10 € possibilité d'arrêter à midi pique nique tiré du car : Michèle Audoubert 06 50 04 89 61

Rando Santé

Jeudi 12 avril	13 h 30	Pôle de santé Lalinde	6 km tuilières 13 h 45 barrage Colette Grellety
Dimanche 15 avril	9 h	Rouffignac de Sigoulés Parking face à la salle des fêtes	12 km campagne environnante Colette Grellety 06 60 42 84 37

Dimanche 22 avril	9 h	Lamonzie Montastruc Parking mairie	12 km par bois et prairies Thérèse Depero 05 53 23 26 20
-------------------	-----	---------------------------------------	---

Rando santé

Jeudi 26 avril	13 h 30	Pôle de santé Lalinde	6 km Lamonzie St Martin 14 h place de l'église Frédérique et Jacky
----------------	---------	--------------------------	--

Samedi 28 avril	9 h	Intersport	RANDO DU COACH
-----------------	-----	------------	----------------

Cette marche est réalisée par Danielle Borde avec notre participation
Informations ultérieures (cela permet de réaliser des achats avec des remises très importantes)
L'an dernier nous avons obtenu 30 % sur un article de randonnée.

Dimanche 29 avril	9 h	Sauveboeuf Stade	10 km parcours découverte et tradition du Drayaux Jean Pierre Sabard 06 83 03 57 90
-------------------	-----	---------------------	---

Mai

Jeudi 03 mai	14 h	Bardou Eglise	8 km randonnée du patrimoine (château, pigeonnier) Danièle Bernhard 06 18 56 13 90
--------------	------	------------------	--

Samedi 05 mai	covoiturage à organiser Informations ultérieurement		Etape 6 « Sur les pas des hommes de Lascaux » Limeuil Mauzac 20km Michèle Audoubert 06 50 04 89 61
---------------	--	--	---

Rando santé

Jeudi 10 mai	Sortie à Cahors en car informations ultérieurement Michèle Audoubert		
Dimanche 13 mai	9 h	Biron Place du village	12 km boucle du château Martine Guy Ferol 06 61 70 54 30

Vendredi 18 mai au lundi 21 mai	SEJOUR DE 4 JOURS EN CAR PAYS BASQUE Jean Paul Mazabraud 05 53 61 67 08		
---------------------------------	---	--	--

Rando santé Jeudi 24 mai	13 h 30	Pôle de santé Lalinde	6 km pays Beaumontois 13 h 45 parking église Maurice Geoffroy
Dimanche 27 mai	9 h	Montaut Place de l'église	12 km plateau Maurice Geoffroy 06 45 04 87 29

Juin

Dimanche 03 juin	9 h	Issigeac Place des écoles	12 km campagne environnante Danielle Bernhard 06 18 56 13 90
Jeudi 07 juin	14 h	Queyssac Parking église	8 km par monts et par vaux Maurice Pouget 06 75 26 53 12
Dimanche 10 juin	9 h	Calès Place du lavoir	12 km Bord de Dordogne et coteau Patrick Brun 06 87 89 52 16
Rando Santé Jeudi 14 juin	13 h 30	Pôle de santé Lalinde	6 km Queyssac 14 h sentier des hameaux Maurice Pouget
Dimanche 17 juin	9 h	Creysse Château du Roc	12 km forêt et champs Jean Paul Mazabraud 05 53 61 67 08
Dimanche 24 juin	9 h	Manzac/Vern Place du village	12 km le matin 8 km après midi Marie A Bouchilloux 06 79 71 01 13
Situation départ de Bergerac N 21 → Périgueux et à Bordas route à gauche village à 6,5 km			
Rando santé Jeudi 28 juin	13 h 30	Pôle de santé Lalinde	6 km Bayac 13 h 45 place Bayac Route de Beaumont château de Bannes Claudette

Nota des dates de randonnées départementales et autre :

- 11^{ème} édition 47 du 47 le **29 avril 2018**
- Marche La Charlemagne St Michel Leparon **06 mai 2018** avec plusieurs distances renseignements
Martin 05 53 91 45 74 ou 06 12 48 23 73
- La ronde des villages **13 et 14 octobre 2018** (inscription à faire en avril – mai
Contact Office de tourisme du pays de Fénelon 24590 Salignac-Eyvigues
Tél : 07 89 24 57 32 / 05 53 28 81 93 rondedesvillages@paysdefenelon.fr

Bureau des marcheurs :

Présidente : Claudette Grellety 06 16 13 12 57

Président adjoint : Jean Pierre Sabard 06 83 03 57 90

Trésorier : Guy Petrel

Secrétaire : Colette Grellety 06 60 42 84 37

Animatrice Rando Santé : Michèle Audoubert

Site : www.marcheurs-lalinde.com

Tarif licence

IRA (licence individuelle) 33 €

FRA (licence familiale) 54 €

Licencié hors club 15 €

Gratuité de la licence à partir de 80 ans révolus

Il est souhaitable d'arriver **10 mn** avant le départ, nous partons à l'heure précise

RECOMMANDATIONS IMPORTANTES

Prendre un bon déjeuner avant de partir ne jamais partir à jeun

Avoir de bonnes chaussures adaptées à la randonnée

Pansements pour palier aux égratignures

Sac à dos avec bouteille d'eau + barres de céréales ou autres

Questionnaire médical complété sous enveloppe

Nous vous rappelons que si vous étiez absents aux dernières randonnées, bien vouloir prendre contact avec l'animateur du jour afin de savoir si la sortie n'est pas modifiée.

Vérifiez bien votre calendrier avant de partir Bonnes randonnées à tous

Le calendrier d'été se fera début juin 2018 pour les mois de juillet- Août et Septembre

N'oubliez pas la formule

1 jour de sentier = 8 jours de santé