



Calendrier des mois de juillet – août – septembre 2019

Les randos proposées dans ce calendrier sont ouvertes à tout public et gratuites.

A partir du 1^{er} septembre, le randonneur devra s'acquitter de sa **cotisation** et adhérer au club (voir les conditions plus tard).

ATTENTION : En été, les sorties du dimanche commencent à 8h 30

et celles du jeudi à 18 h (Prévoir un pique nique si vous souhaitez prolonger le moment de convivialité)

A l'automne, informer la société de chasse locale de la randonnée (jour-heure)

Dates	départ	Lieux	Descriptif du circuit-tel Animateur
Juillet			
Jeudi 4 juillet	18h	Cunèges Place de l'église	Autour de Cunèges 8 km Annie Destang 05.53.27.95.76
Dimanche 7 juillet	8h30	Mouleydier La Mouleydière Stade de la Gravière	Marche – vtt- allure libre- Circuits balisés 12 km- 13 km Participation 4€ Jean Paul Mazabraud 05.53.61.67.08.
Jeudi 11 juillet	18h	Beaumont Place derrière l'église	Sur les côteaux environnants 8 km Maurice Geoffroy 06.45.04.87.29.
Jeudi 18 juillet	17h30	Port de Couze Parking de la gare	- Par monts et par vaux 8km Marché nocturne gourmand Michel Pelé : 06.75.54.32.46
Dimanche 21 juillet	8h30	St Sauveur Place derrière le restaurant	Rando de 12 km Apéritif et dessert offerts par Thérèse – apporter son pique nique Thérèse Dépero : 05.53.23.26.20

Jeudi 25 juillet	8h	Couze Place du lavoir	Les environs de Couze 8 km Marie Claude Lavaud 06.12.83.06.74 Aziz Dembri 06.45.21.62.64
Dimanche 28 juillet	8h30	Meyrals – festival des épouvantails parking salle des fêtes	Rando du patrimoine – 12km possibilité de restauration sur place ou restaurant 13€-animations s’inscrire Michèle A : 06.50.04. 89.61
AOUT			
		Creysse Place de la Mairie	Autour de Creysse 8 km JeanP Mazabraud 05.53.61.07.08
Jeudi 1° aout	18h	Fête de Lanquais Départ de la Grange de Lanquais	Rando 8 km –Suivie d’un Marché nocturne gourmand- Colette Grellety : 06.60.42.84.37
Samedi 3 aout	18h	Fête de Lanquais Départ de la Grange de Lanquais	Rando 8 km –Suivie d’un Marché nocturne gourmand- Colette Grellety : 06.60.42.84.37
Dimanche 4 aout	8h30	Lalinde Foire aux vins Parking Ecole bleue	Sur les côteaux lindois 12 km Restauration possible sur place Claudette Grellety : 06.16.13.12.57.
Jeudi 8 aout	18 h	Cadouin lac de Chabrol	Autour du lac de Chabrol 8 km Patrick Brun : 06.87.89.52.16
Dimanche 11 aout	8h30	St Innocence d’Eymet Parking du cimetière	Dans les environs 12 km MarieA Bouchilloux 06.79.71.01.13
Samedi 17 aout	17h30	Baneuil Place de la Mairie	Dans la campagne environnante 8km Marché gourmand nocturne Claudette G 06.16.13.12.57.
Dimanche 18 aout	8h30	Limeuil Parking route de Ste Alvère	Autour de Limeuil 12km Pique nique au bord de l’eau Colette Grellety : 06.60.42.84.37

Jeudi 22 aout	18 h	Cours de Pile Parking de l'église	Dans les environs 8km Joelle Chabaudie 06.71.26.73.58 Edith Poletti 06.08.83.94.17
Dimanche 25 aout	8h30	Ste Agne Parking de l'église	Autour de St Agne 12 km Restauration possible- sandwiches- frites – vide grenier- M France Farin 06.16.74.88.44
Jeudi 29 aout	18h	St Perdoux D'Issigeac Parking du cimetière	Circuit de 8 km MarieABouchilloux06.79.71.01.13

SEPTEMBRE

Dimanche 1^oseptembre		Ste Colombe La Colomboise	Circuits balisés- allure libre-12km 18 km-ravitaillement sur le parcours- Restauration sur place- Tel F Brustellin 06.15.65.50.65.
Jeudi 5 septembre	14h	St Georges de Monclar Parking salle des fêtes	Autour de St Georges 8km Maurice Pouget 06.81.87.83.58.
Dimanche 8 septembre	9h	Les foulées lindoises Sauveboeuf Départ du stade -	Course pour la sclérose en plaques Inscriptions M Gentric 06.72.86.72.86
Vendredi 6 au lundi 9 septembre		Séjour aux Mathes	Voir programme proposé Colette et Patrick P : 06.28.27.07.44
Dimanche 15 septembre		L'Oxygène Varennoise Départ : salle des fêtes de Varennes	Circuits balisés allure libre 12/14km- boisson offerte à l'arrivée- ravitaillement en route- participation 4€ Colette G :
Dimanche 22 septembre	9h	St Georges de Blancaneix (la Force) Parking face à l'église	Dans les environs 12 km Marie A Bouchilloux 06.79.71.01.13.
RANDO PARATGE	14h	Sauveboeuf Stade de Sauveboeuf	Le long du Drayaux 8km Association culture pour Séniors Mr Garet 06.75.64.67.35

		Monsac	Autour de Monsac 8 km
Jeudi 26 septembre	14h	Salle des fêtes	Rando douce – B.Maetz- Arlette Devries 06.45.55.07.61.
Dimanche 29 septembre	9h	Ribagnac Château de Bridoire	Dans les environs 12km Colette Grellety 06.60.42.84.37.

Autres randonnées de clubs voisins

22 septembre Rando pourpre – Lamonzie st Martin-étoile sportive-contacter M Privat 06.23.82.51.82

29 septembre St Pardoux la Rivière -Amicale des Randonneurs du Périgord vert-J M Mozer 09.62.34.98.60

Jeudi 3 octobre Séniors faites du sport –CDRP - 05.53.53.71.46.

Dimanche 6 octobre : fête départementale de la Randonnée Chancelade 6CDRP- 05.53.53.71.46.

Dimanche 27 octobre Rand'Auvézère (nous tenterons de prendre un bus-)Gouzon 05.53.52.49.39

RECOMMANDATIONS IMPORTANTES

Ne jamais partir à jeun , Prendre un petit déjeuner équilibré

S'équiper de chaussures de marche confortables

Ne pas oublier sa trousse de secours personnelle

Prévoir sac à dos avec bouteille d'eau (1l minimum) + barres de céréales ou en cas

Avoir, dans son sac, le questionnaire médical dûment complété(sous enveloppe)

SITE DU CLUB : www.marcheurs-lalinde.com – du Comité : rando24.com

IL FAUT SAVOIR QUE :

La nouvelle année associative commence le 1° septembre

Donc , s'informer auprès de la secrétaire afin de régulariser(adhésion- licence)si l'on veut adhérer au club pour l'année 2019- 2020.

De plus, les randos douces et randos santé ne reprendront qu'en septembre (2° quinzaine)

Composition du BUREAU :

Président : J Pierre Sabard 06.83.03.57.90 – Présidente adjointe : Michèle Audoubert 06.50.04.89.61-

Secrétaires : Colette Grellety : 06.60.42.84.37 -Secrétaire Adjointe :Marie Anne Bouchilloux

Trésorier : Guy Pétreil- Membres Actifs : Guy Férol- Jean Paul Mazabraud

Il est souhaitable d'arriver 10 mn avant le départ –

Programme modifiable – Contacter l'animateur du jour , en cas de mauvaises conditions météorologiques (canicule ou autre) ...

N'oublions pas ... Les sentiers sont notre richesse partagée