

AMBERANDO : Programme des randonnées d'octobre 2024

Ce programme est donné à titre indicatif : il peut changer en fonction de la météo ou de la décision de l'animateur.

Les départs des randonnées se font du CORAL (sauf exception précisée). Le programme est sur le site <http://amberando.fr>

Pour les sorties du week-end, si vous rejoignez directement le lieu de départ de la randonnée, veuillez en avvertir l'organisateur.

octobre 2024	Heure départ	Longueur km	Randonnée : lieu, intérêt, visite éventuelle	Responsable contact	Covoiturage	Remarques
mardi 1er octobre	14 h 30	au Plan d'eau	Partenariat association Asalée	J.N. Tournebize 06 16 73 73 56		
mercredi 2 octobre	13 h 30	de 9 à 11 km	Rando rythme normal	J.P. Collard 06 70 46 52 09	de 1 à 2 €	
	13 h 30	de 12 à 14 km	Rando rythme normal	P. Schlesser 06 83 31 72 37	de 1 à 2 €	
jeudi 3 octobre	13 h 30	de 3 à 4 km	Promenade santé	J.R. Lioret 06 74 43 56 50	de 1 à 2 €	accompagn. J.N. Tournebize
vendredi 4 octobre	13 h 30	de 6 à 8 km	Rando rythme modéré		de 1 à 2 €	
	13 h 30	de 12 à 14 km	Rando rythme soutenu	P. Schlesser 06 83 31 72 37	de 1 à 2 €	
samedi 5 octobre	09 h 00	de 6 à 8 km	Marche nordique	P. Schlesser 06 83 31 72 37	de 1 à 2 €	
dimanche 6 octobre	08 h 30	de 8 à 18 km	Rando rythme normal		de 1 à 2 €	
lundi 7 octobre	13 h 30	de 4 à 6 km	Rando Santé®		de 1 à 2 €	
	13 h 30	de 9 à 11 km	Rando rythme normal		de 1 à 2 €	
mardi 8 octobre	14 h 30	au Plan d'eau	Partenariat association Asalée	C. Douarre 04 73 82 45 57		
mercredi 9 octobre	13 h 30	de 9 à 11 km	Rando rythme normal	R. Tugas 07 62 18 85 71	de 1 à 2 €	
	13 h 30	de 12 à 14 km	Rando rythme normal	C. Mollimard 06 73 49 82 63	de 1 à 2 €	
jeudi 10 octobre	13 h 30	de 3 à 4 km	Promenade santé	J.N. Tournebize 06 16 73 73 56	de 1 à 2 €	
vendredi 11 octobre	13 h 30	de 6 à 8 km	Rando rythme modéré	R. Tugas 07 62 18 85 71	de 1 à 2 €	
	13 h 30	de 12 à 14 km	Rando rythme soutenu	H. Freyssenet 06 75 15 09 70	de 1 à 2 €	
dimanche 13 octobre	08 h 30	de 8 à 18 km	Rando rythme normal		de 1 à 2 €	
lundi 14 octobre	13 h 30	de 4 à 6 km	Rando découverte	Y. Granet 06 50 35 07 04	de 1 à 2 €	accompagn. C. Mollimard
	13 h 30	de 9 à 11 km	Rando rythme normal	J.R. Lioret 06 74 43 56 50	de 1 à 2 €	
mardi 15 octobre	14 h 30	au Plan d'eau	Partenariat association Asalée	J.N. Tournebize 06 16 73 73 56		
mercredi 16 octobre	13 h 30	de 9 à 11 km	Rando rythme normal	J.C. Moillier 06 42 29 03 68	de 1 à 2 €	
	13 h 30	de 12 à 14 km	Rando rythme normal	P. Schlesser 06 83 31 72 37	de 1 à 2 €	
jeudi 17 octobre	13 h 30	de 3 à 4 km	Promenade santé	H. Gachon 06 40 13 10 39	de 1 à 2 €	accompagn. J.N. Tournebize
vendredi 18 octobre	13 h 30	de 6 à 8 km	Rando rythme modéré	A. Friteyre 06 88 60 67 11	de 1 à 2 €	
	13 h 30	de 12 à 14 km	Rando rythme soutenu	H. Freyssenet 06 75 15 09 70	de 1 à 2 €	
samedi 19 octobre	09 h 00	de 6 à 8 km	Marche nordique		de 1 à 2 €	
dimanche 20 octobre	08 h 30	de 8 à 18 km	Rando rythme normal	J.L. Ribeyre 06 85 46 45 68	de 1 à 2 €	
lundi 21 octobre	13 h 30	de 4 à 6 km	Rando Santé®	R. Tugas 07 62 18 85 71	de 1 à 2 €	accompagn. H. Freyssenet
	13 h 30	de 9 à 11 km	Rando rythme normal	F. Joubert 07 82 62 35 58	de 1 à 2 €	
mardi 22 octobre	14 h 30	au Plan d'eau	Partenariat association Asalée	J.N. Tournebize 06 16 73 73 56		
mercredi 23 octobre	13 h 30	de 9 à 11 km	Rando rythme normal	J.C. Moillier 06 42 29 03 68	de 1 à 2 €	
	13 h 30	de 12 à 14 km	Rando rythme normal	C. Mollimard 06 73 49 82 63	de 1 à 2 €	
jeudi 24 octobre	13 h 30	de 3 à 4 km	Promenade santé	J.C. Moillier 06 42 29 03 68	de 1 à 2 €	accompagn. J.N. Tournebize
vendredi 25 octobre	13 h 30	de 6 à 8 km	Rando rythme modéré		de 1 à 2 €	
	13 h 30	de 12 à 14 km	Rando rythme soutenu	F. Joubert 07 82 62 35 58	de 1 à 2 €	
dimanche 27 octobre	08 h 30	de 8 à 18 km	Rando rythme normal	A. Friteyre 06 88 60 67 11	de 1 à 2 €	
lundi 28 octobre	13 h 30	de 4 à 6 km	Rando découverte	Y. Granet 06 50 35 07 04	de 1 à 2 €	accompagn. C. Mollimard
	13 h 30	de 9 à 11 km	Rando rythme normal	R. Tugas 07 62 18 85 71	de 1 à 2 €	
mardi 29 octobre	14 h 30	au Plan d'eau	Partenariat association Asalée	J.N. Tournebize 06 16 73 73 56		
mercredi 30 octobre	13 h 30	de 9 à 11 km	Rando rythme normal	C. Mollimard 06 73 49 82 63	de 1 à 2 €	
	13 h 30	de 12 à 14 km	Rando rythme normal		de 1 à 2 €	
jeudi 31 octobre	13 h 30	de 3 à 4 km	Promenade santé	J. Vouriot 06 20 83 33 13	de 1 à 2 €	