

les marcheurs de la digue montaigu



le plaisir des chemins ensemble ..

Le lundi départ 14 h 00

Chaque lundi après-midi
Une rando douce 8 km - 2 h 00
avec un rdv à 13 h 45 -départ 14 h 00

Le 1^{er} mardi Sorties Patrimoines

Au fil des mois (printemps)
nous vous proposerons
une sortie à la journée avec pique nique
le déroulé : rando de 10/12 km + visite
patrimoine : bâti, jardins, industriel etc...

le 2^{ème} jeudi départ 7 h 30

Rando à la journée avec pique nique,
avec un rdv à 7 h 00 - départ 7 h 30

le 3^{ème} jeudi départ 8 h 00

Chaque mois une rando plus éloignée,
de Montaigu (de 25 à 35 km)
avec un rdv à 7 h 45 - départ 8 h 00

le samedi Marche Nordique

le terrain de jeu s'élargit !
avec de nouveaux circuits
Vous les retrouverez au fil des semaines.

**Les horaires : Rdv Parking « Chausse Expo »
« Mille Stocks » Route de Cholet à Montaigu :**

Lundi	rdv 13 h 45	départ 14 h 00
Mardi	rdv 8 H 15	départ 8 h 30
Jeudi	rdv 8 H 15	départ 8 h 30
3 ^{ème} jeudi	rdv 7 h 45	départ 8 h 00
Jeudi journée	rdv 7 H 15	départ 7 h 30
Nordique	rdv 8 H 45	départ 9 h 00

Les animateurs, au fil de nos randos hebdomadaires

Vous solliciteront pour une prise en charge
de la prochaine intendance.
Cette dernière doit rester un simple temps
de partage et du vivre ensemble.(hors lundi)

Le dimanche hors club

Chaque dimanche, des idées randos
pour une sortie club ou entre amis.
Retrouvez nos propositions sur le blog

**SECURITE SECURITE SECURITE
Gilet jaune ou Sur Sac jaune
Obligatoire lors de nos sorties**

**www.lesmarcheursdeladigue.fr/
chaque semaine – le dimanche (sur le blog)
le détail de nos sorties, avec les albums
photos de la semaine précédente**



