



IMPORTANT :

LE PROGRAMME TRIMESTRIEL EST TRANSMIS PAR MAIL AUX ADHERENTS. IL EST EGALEMENT POSSIBLE DE LE CONSULTER SUR LE SITE DE LA MJC LORRAINE

SI VOUS VOULEZ RECEVOIR LE PROGRAMME, IL EST DONC INDISPENSABLE DE TRANSMETTRE VOTRE ADRESSE MAIL A LA MJC LORRAINE : contact@mjclorraine.com.

IL EST EGALEMENT INDISPENSABLE DE TRANSMETTRE VOTRE ADRESSE MAIL A DOMINIQUE PONTASSE : dominique.pontasse@wanadoo.fr, COORDINATRICE DE L'ACTIVITE RANDONNEE.

EN EFFET, CE N'EST PAS LA MJC QUI ENVOIE LES MAILS AUX ADHERENTS EN CAS D'ANNULATION DE RANDONNEE, DE CHANGEMENT DE PROGRAMME, ETC... C'EST DOMINIQUE QUI ENVOIE LES MAILS POUR PREVENIR EN CAS DE MODIFICATION DE RANDO, ETC. SI VOUS SOUHAITEZ RECEVOIR LES INFOS, N'OUBLIEZ PAS DE LUI ENVOYER VOTRE MAIL QUAND VOUS VOUS INSCRIVEZ.

POUR LES PERSONNES QUI N'ONT PAS INTERNET, VOUS POUVEZ DEMANDER LE PROGRAMME A LA MJC.

⚠ MERCI D'ARRIVER 10 A 15 MN AVANT LE DEPART SUR LE PARKING DE LA POSTE DES NATIONS !

RAPPEL METEO : l'animateur peut décider d'annuler sa rando ou de changer le secteur en cas de mauvais temps. Pour les personnes qui n'ont pas Internet, veuillez téléphoner à l'animateur pour vous renseigner.

DATES	NIVEAU	DEPART MATIN	DEPART AP-M	TARIF DE COVOITURAGE	NBRE DE KM	ANIMATEUR (TRICE) RESPONSABLE	SECTEUR DE LA RANDONNEE
SAMEDI 14 JUILLET	**	-	14H15	3.50 €	12.5 + 200 D	DOMINIQUE PONTASSE	CIRCUIT DU LUXEMBOURG A DOMMARTIN LES TOUL ET REPAS LE SOIR (BRASSERIE) AU CAMPING DE VILLEY LE SEC AVEC INSCRIPTION OBLIGATOIRE AUPRES DE L'ANIMATEUR AVANT LE 10 JUILLET (LIMITE A 15 PERSONNES POUR LE RESTAURANT). CEUX QUI NE VIENNENT PAS AU RESTAURANT PEUVENT FAIRE LA RANDO
DIMANCHE 15 JUILLET	***	8H00 ▲	-	2.50 €	20 + 200 D	LINDSAY DAGNIAUX	A LA DECOUVERTE DES CHATEAUX DU SAINTOIS A HAROEUE & TANTONVILLE – DEPART RANDO : PARKING NOTRE DAME DES ANGES, LEMAINVILLE (54740)
DIMANCHE 22 JUILLET	**	9H00 ▲	-	7.00 €	14 + 200 D	FRANCIS GEOFFROY	BOUCLE DES ENTONNOIRS (BIS). REILLON – S'INSCRIRE AUPRES DE L'ANIMATEUR AVANT LE SAMEDI SOIR (DERNIER DELAI)
SAMEDI 28 JUILLET	*	-	13H30	5.00 €	7.5 + 155 D	DENISE SERON	BATHELEMONT – CIRCUIT DE BENAMONT
SAMEDI 4 AOUT	*	-	13H30	2.00 €	10 + 160 D	DOMINIQUE PONTASSE	CIRCUIT DES ROCHES A NEUVES-MAISONS
DIMANCHE 5 AOUT	***	8H00 ▲	-	13.50 €	14.5 + 360 D	LINDSAY DAGNIAUX	LE DONJON DU WANGENBOURG – DEPART RANDO : OBERSTEIGEN (67710)
DIMANCHE 12 AOUT	**	9H00 ▲	-	6.00 €	15 + 240 D	FRANCIS GEOFFROY	CIRCUIT DU RUPT DE MAD. EUVEZIN – S'INSCRIRE AUPRES DE L'ANIMATEUR AVANT LE SAMEDI SOIR (DERNIER DELAI)
DIMANCHE 19 AOUT	**	8H30 ▲	-	10.00 €	15 + 250 D	FRANCIS GEOFFROY	GENICOURT SUR MEUSE – CIRCUIT DU FORT – S'INSCRIRE AUPRES DE L'ANIMATEUR AVANT LE SAMEDI SOIR (DERNIER DELAI)

DIMANCHE 26 AOUT	**	8H30 ▲	-	7.00 €	15 + 260 D	DENISE SERON	BOUXIERES AUX BOIS – CIRCUIT DES FONTAINES ET LAVOIRS
DIMANCHE 2 SEPTEMBRE	***	8H00 ▲	-	11.00 €	22 + 75 D	LINDSAY DAGNIAUX	ETANG DU STOCK – DEPART RANDO : BARRAGE LANGATTE (57400)
DIMANCHE 9 SEPTEMBRE	**	10H15 ▲	-	0.50 €	14	SANDRINE & CORINNE HUGUET	RANDONNEE AREMIG EN FAVEUR DES ENFANTS DE L'HOPITAL. PARTICIPATION : 6 € (RAVITAILLEMENT EN COURS DE PARCOURS) – RANDO DANS LES BOIS DE LA FORET DE HAYE SUR BRABOIS
VENDREDI 14 SEPTEMBRE	-	-	19H15	-	-	-	REUNION DES ANIMATEURS – SALLE POLYVALENTE A 19H15
DIMANCHE 16 SEPTEMBRE	**	9H00 ▲	-	7.00 €	15 + 250 D	FRANCIS GEOFFROY	BOUCLE DE BOUZEMONT – DOMPAIRE (88) – S'INSCRIRE AUPRES DE L'ANIMATEUR AVANT LE SAMEDI SOIR (DERNIER DELAI)
SAMEDI 22 SEPTEMBRE	-	-	14H00 A 17H00 A LA MJC	-	-	-	PRESENTATION DE L'ACTIVITE RANDONNEE (ECHANGES AVEC LES NOUVEAUX ADHERENTS) – LES ANCIENS ADHERENTS SONT LES BIENVENUS...
DIMANCHE 23 SEPTEMBRE	***	8H00 ▲	-	14.50 €	18 + 500 D	LINDSAY DAGNIAUX	LES PERLES DE VOLOGNE – POSSIBILITE DE RACCOURCIR – DEPART RANDO : D417, XONRUPT-LONGEMER (88400)
SAMEDI 29 SEPTEMBRE	*	-	13H30	1.30 €	10	SANDRINE & CORINNE HUGUET	DE ART SUR MEURTHE A LANEUVEVILLE DEVANT NANCY (LE LONG DU CANAL)
SAMEDI 6 OCTOBRE	*	-	13H30	2.00 €	10 + 250 D	DOMINIQUE PONTASSE	CIRCUIT DU PETIT MONT – LAITRE SOUS AMANCE

F Facile 5/6 Km

B Balade entre 5/8 Km

* Randonnée entre 8/12 Km + D

** Randonnée entre 12/15 Km + D

*** Randonnée entre 15/20 Km + D

▲ Repas tiré du sac

D Dénivelé



RAPPEL



DANS LE CADRE DU COVOITURAGE ET DE LA CONVIVIALITE, NOUS RAPPELONS QU'IL FAUT PENSER A PREVOIR DES CHAUSSURES PROPRES DE RECHANGE POUR NE PAS REMONTER DANS LES VOITURES DES CHAUFFEURS AVEC DES CHAUSSURES SALES APRES LA RANDONNEE.

MERCI D'AVANCE.



INFORMATION

Des randonnées hors programme peuvent être proposées de temps en temps par mail : le mercredi, samedi ou dimanche (un mail de proposition vous sera envoyé deux jours avant).



RAPPEL IMPORTANT

N'OUBLIEZ PAS D'ENVOYER VOTRE MAIL A DOMINIQUE SI VOUS VOULEZ RECEVOIR LES INFORMATIONS CONCERNANT LES RANDONNEES (changement de rando, annulation, etc.) : dominique.pontasse@wanadoo.fr