



NOUVEAUTE

**L'association « Les Randonneurs de l'Eure » ouvre une section : RANDONNEE DOUCE
à compter du jeudi 12 octobre 2017**

« Moins loin, moins haut, moins vite et moins longtemps »

La " Rando Douce " se veut une alternative à la randonnée pédestre "classique" pour toutes celles et ceux désireux de maintenir ou de démarrer une activité physique, sans avoir la condition physique requise pour des efforts prolongés.

Principes :

- Des circuits de 5 à 7 kilomètres maximum
- Un rythme peu soutenu
- Peu ou pas de dénivelé
- Un encadrement assuré par un binôme d'animateurs
- Un nombre de participants limité

Infos pratiques :

- Une randonnée tous les 15 jours (le jeudi après-midi)
- Rendez-vous : 13h30 précises - parking de la piscine Jean Bouin à Evreux (co-voiturage possible)
- Equipement : bonnes chaussures, vêtements adaptés à la météo du jour, sac à dos, ... Prévoir également de l'eau (1 litre minimum) et un encas (fruits secs, barres de céréales, pâtes de fruits, biscuits, ...)
- Certificat médical de non contre-indication obligatoire à l'inscription

Siège social : Office de Tourisme - 1 ter place de Gaulle - 27000 EVREUX
Association de Tourisme Pédestre régie par la loi du 1^{er} juillet 1901.
Déclaration n° 4605 Evreux 9 octobre 1978
Agréée par la Direction Départementale de la Jeunesse et des Sports.
Membre de la F.F.R. et du CDRP 27





PLANNING 2017

- Section randonnée douce -

JEUDI 12 OCTOBRE	JEUDI 9 NOVEMBRE	JEUDI 7 DECEMBRE
JEUDI 26 OCTOBRE	JEUDI 23 NOVEMBRE	JEUDI 21 DECEMBRE

→ Rendez-vous à **13h30 précises** - parking de la piscine Jean Bouin à Evreux
avec : bonnes chaussures, vêtements adaptés à la météo du jour (*), sac à dos, bouteille d'eau (1l minimum), encas (fruits secs, barres de céréales, pâtes de fruits, biscuits, ...) et bonne humeur...

** En cas d'alerte orange ou rouge annoncée par Météo France ou de canicule, la randonnée sera annulée.*

Siège social : Office de Tourisme - 1 ter place de Gaulle - 27000 EVREUX
Association de Tourisme Pédestre régie par la loi du 1^{er} juillet 1901.
Déclaration n° 4605 Evreux 9 octobre 1978
Agréée par la Direction Départementale de la Jeunesse et des Sports.
Membre de la F.F.R. et du CDRP 27

