



Rando Santé®

## CALENDRIER DES RANDOS SANTÉ 5 mars 2020 au 25 Juin 2020



Pour tout renseignement sur les randonnées, merci de contacter :

- \* Jacky Vibert Tél. 05 46 49 61 97 / 06 20 76 44 64 notre président
- \* Didier Chapon Tél. 06 80 66 55 24 pour la « rando santé »
- \* Monique Husson Tél : 06 83 99 25 69 pour le secrétariat et la « rando santé »

Pour la rando « santé », le rendez-vous est obligatoirement au Parking de la base de loisirs de Jonzac.

*(La décision pourra être prise de se déplacer vers un autre lieu de départ)*

- Le calendrier figure sur le site de Jonzac-Rando mis à jour par Ann Joubert :

<http://www.jonzac-rando.fr>

Et toujours !


Pour bien randonner, soyons bien équipés : de bonnes chaussures, un petit sac à dos pouvant contenir : Une bouteille d'eau, un vêtement de pluie, une petite trousse à pharmacie perso.

**En cas de vigilance Orange : pas de sortie**

Pour les trajets en voiture il convient de prévoir un prix de covoiturage de 0.15 €/ km et par voiture.



## Rendez-vous Base de loisirs à 10h

<u>Dates</u>	<u>Lieu départ rando</u>	<u>Animateur</u>	<u>Observations</u>
5/03/2020	Base de Loisirs de Jonzac	Didier Chapon	<p><u>Quelques conseils pour la « rando santé » :</u> Soyez bien équipés (vêtements et chaussures adaptés à la randonnée). Prévoyez dans votre sac une bouteille d'eau et quelques biscuits ou autres à grignoter. Si vous pouvez avoir besoin d'un médicament, n'oubliez pas de prévenir l'animateur et pensez à l'emporter (ainsi que l'ordonnance correspondante).</p> <p></p> <p><u>Dès les beaux jours, le lieu de rendez-vous pourra être différent.</u> Surveillez votre téléphone portable pour connaître le lieu de rendez-vous du jour.</p>
12/03/2020	Base de Loisirs de Jonzac	Monique Husson	
19/03/2020	Base de Loisirs de Jonzac	Didier Chapon	
26/03/2020	Base de Loisirs de Jonzac	Monique Husson	
02/04/2020	Pas de rando santé (animateurs absents)		
09/04/2020	Base de Loisirs de Jonzac	Monique Husson	
16/04/2020	Base de Loisirs de Jonzac	Didier Chapon	
23/04/2020	Base de Loisirs de Jonzac	Didier Chapon	
30/04/2020	Base de Loisirs de Jonzac	Didier Chapon	
7/05/2020	Base de Loisirs de Jonzac	Monique Husson	
14/05/2020	Base de Loisirs de Jonzac	Didier Chapon	
28/05/2020	Base de Loisirs de Jonzac	Monique Husson	
04/06/2020	Pas de rando santé (animateurs absents)		
11/06/2020	Base de Loisirs de Jonzac	Didier Chapon	
18/06/2020	Base de Loisirs de Jonzac	Monique Husson	
25/06/2020	Base de Loisirs de Jonzac	Didier Chapon	

**Pas de Randonnées santé en Juillet et Août**