

**Dimanche 03 Décembre 2023** : le **Téléthon** avec Lau'Rando Départ de la Halle de St Laurent : à 9h pour 15 km, 9h 30 pour 9 km, et à 10 h pour 4 km. Don minimum 3€. Info à diffuser, amenez vos amis.

**Réservez le Mardi 12 Décembre 2023 : repas de fin d'année : Inscription obligatoire avant le 25 Novembre 2023 - (inscription helloasso: voir [www.laurando.fr](http://www.laurando.fr)).**

| date                                                              | description                                                                                                                                          | animateurs                                                         | point de départ                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jeudi 02                                                          | Bois et parcs<br>9 km                                                                                                                                | Michel Gardré<br>0637476921                                        | 13h15: Pkg Decathlon Rft<br>13h30 : Halte Ferr. SLPrée<br>14h : PKG 35 Av Edmond Grasset 17440 AYTRE                                                                                                 |
| Vendredi 03                                                       | Sans se presser : 4 à 6 km env.                                                                                                                      | JC Marchal 0684954454<br>M Claire Marchal                          | 14h00 : halte Ferr SLP<br>14h15 : Pkg salle polyvalente 17870 Breuil Magné                                                                                                                           |
| Lundi 06                                                          | <b>Réunion de bureau</b>                                                                                                                             | JC Marchal 0684954454                                              | <b>14h00</b> : SLPrée                                                                                                                                                                                |
| Mardi 07                                                          | En Campagne<br>12 km                                                                                                                                 | Jean Baudry<br>0616993919                                          | 8h15 : Halte Ferr St.L.Prée<br>8h30 : Pkg Decathlon Rft<br>9h00 : Pkg rue des écoles - 17620 Champagne                                                                                               |
| Jeudi 09                                                          | Sur les chemins<br>9 km                                                                                                                              | Jean Baudry<br>0616993919                                          | 13h15 : Halte Ferr de SLPrée<br>13h30 : Pkg Decathlon Rft<br>14h00 : D 125E1 - Pkg rue des écoles 17780 Saint Nazaire/Charente                                                                       |
| Vendredi 10                                                       | Sans se presser : 4 à 6 km env.                                                                                                                      | Jean-Claude Marchal<br>0684954454                                  | 14h : Halte Ferr SLP<br>14h15 : Pkg la maison éclusière - St Laurent de la Prée                                                                                                                      |
| Dimanche 12<br><b>Pique-nique à l'arrivée</b>                     | <b>Marche dynamique</b><br>15 km                                                                                                                     | Robert Leguay<br>0619180223                                        | 8h00 : halte Ferr SLP<br>8h15 : pkg Decathlon Rft<br>9h00 : Pkg salle des fêtes -rue des Tilleuls 17530 Arvert                                                                                       |
| Mardi 14                                                          | Bord de mer<br>14 km                                                                                                                                 | Patrick Carles<br>et Marie-Luce Jousselin<br>0695271410            | 8h15 : halte Ferr SLP<br>8h30 : pkg Decathlon Rft<br>9h00 : pkg rue du 8 mai 1945 17 Saint Froult                                                                                                    |
| Jeudi 16                                                          | Le marais d'Angoute<br>9 km                                                                                                                          | Marie-Luce Jousselin<br>0695271410                                 | 13h15 : Pkg Decathlon Rochefort<br>13h30 : Halte Ferr SLP<br>14h00 : Pkg Centre aquatique- rue du chemin vert 17340 Chatellailon-plage                                                               |
| Vendredi 17                                                       | Sans se presser : 4 à 6 km env.<br>Tous à l'Aiguille                                                                                                 | Mariannick Mesnager<br>0661810414<br>Hélène Moreau                 | 14 h : Halte Ferr SLPrée<br>14h15 : Pkg fort de l'Aiguille-Avenue du Bois Vert 17 Fouras                                                                                                             |
| Samedi 18<br><b>Fouras</b><br><b>« Terre de Jeux Olympiques »</b> | <br><b>RANDO ouverte à TOUS !</b><br><b>Encadré par Lau'Rando</b> | Didier Lefèvre<br>0634632477<br>+<br><b>Animateurs disponibles</b> | <b>RDV : 10h15 : Parking Vauban – FOURAS</b><br><b>(en cas de pluie, départ salle Roger Rondeaux- Rue de Trop Tôt Venu, 17450 Fouras)</b><br><b>boucle de 8 km Nombreuses animations par le CDOS</b> |
| Dimanche 19<br><b>Pique-nique à l'arrivée</b>                     | <b>Marche dynamique</b><br>Circuit de l'aqueduc<br>15 km                                                                                             | Robert Leguay<br>0619180223                                        | 8h00 : Halte Ferr SLP<br>8h15 Pkg Conforama Rochefort<br>9h00 Pkg Eglise St Martial<br>17100 Le Douhet (près de Saintes)                                                                             |
| Mardi 21                                                          | La Boutonne<br>12km                                                                                                                                  | Robert Leguay<br>0619180223                                        | 7h45 : halte Ferr SLP<br>8h00: Pkg Conforama Rochefort<br>9h00 : pkg face au Chateau – 17470 Dampierre sur boutonne                                                                                  |
| Jeudi 23                                                          | L'arboretum<br>9 km                                                                                                                                  | Hélène Moreau<br>0660750517                                        | 13h30 : Halte Ferr SLPrée<br>13h45 : Pkg Decathlon<br>14h15 : Pkg mairie- 17 Pont l'Abbé d'Arnoult                                                                                                   |
| Vendredi 24                                                       | Sans se presser : 4 à 6 km env.                                                                                                                      | M Mesnager<br>0661810414<br>Hervé Guionnet                         | 13 h30 : Halte ferr SLPrée<br>13h45 : Pkg Conforama-RFT<br>14h15: Pkg Pont de la Cèpe (Cabariot)– 17 La Vallée (GPS)                                                                                 |
| Dimanche 19<br><b>Pique-nique au sac</b>                          | <b>Marche dynamique</b><br>20 km                                                                                                                     | Robert Leguay<br>0619180223                                        | 8h00 : Halte Ferr SLP<br>8h20 : Pkg Conforama RFT<br>9h00 : Pkg ile de la grenouillette rte de St Savinien - 17350 Le Mung                                                                           |
| Mardi 28                                                          | Sur les chemins<br>13 km                                                                                                                             | Meyer Michelle<br>0781518871                                       | 8h15 : Pkg Decathlon<br>8 h30 : Halte Ferr. SL.Prée<br>9h00 : Pkg derrière l'église 17290 Landrais                                                                                                   |
| Jeudi 30                                                          | Promenons-nous en Saintonge...<br>9 km                                                                                                               | Catherine Vautier<br>0666717029                                    | 13h30 : halte Ferr SLPrée<br>13h30 : Pkg conforama Rochefort<br>14h : pkg face église- 17250 Romegoux                                                                                                |