

LE COMITE DEPARTEMENTAL ET LES ASSOCIATIONS VOUS INVITENT EN 2019

Ces randonnées sont ouvertes à tous, licenciés FFRandonnée ou non.

Les horaires de départ sont précis.

Prévoir de bonnes chaussures de marche, des vêtements adaptés à la randonnée et à la météo, un sac à dos et de l'eau.

Dimanche 14 avril

Organisateur : **Saintonge Aunis Randonnées**

Lieu de randonnée : **Le Douhet**

Lieu de rendez-vous : Devant l'église

Thème : Les 2 aqueducs et la Grand 'font

Heure de départ : 09h00

Boucle de 12 km

Heure de départ : 13h00

Boucle de 10 km

Téléphones : 06 61 32 98 55

06 85 91 50 93

Dimanche 28 avril

Organisateur : **Les Randonneurs du Pays Royannais**

Lieu de randonnée : **Les Mathes**

Lieu de rendez-vous : Port de la Palmyre

Thème : mer, forêt et patrimoine

Café à l'accueil

Heure de départ : 09h30

2 boucles : 7 et 10 km

Heure de départ : 13h30

3 boucles : 8, 11 et 14 km

Informations :

Le matin, 2 boucles proposées avec du patrimoine architecturale pour chacune d'elles dont une villa Le Corbusier.

Pique-nique tiré du sac à dos. Apéritif offert par l'association

Après-midi, 3 boucles possibles avec cheminement le long de la Baie de Bonne Anse et dans la forêt de la Coubre.

Téléphone : 06 74 78 84 91

Lundi 1^{er} mai

Organisateur : **Fontcouverte En Marche**

Lieu de randonnée : **Fontcouverte**

Lieu de rendez-vous : Salle des Fêtes

Thème : Rando du Brin d'Aillet

4 circuits Marche (12, 16, 20 et 24 km) et 2 circuits VTT (25 et 35 km)

Tarifs 5€ gratuit pour – de 16 ans

Inscription et départ libre de 8h à 9h30

Informations : Café au départ, ravito sur les circuits, pot de l'amitié et tombola à l'arrivée. Attention pas de gobelets

Téléphones : 06 86 64 44 16

05 46 26 86 47

Repas (13€) sur réservation au 06 84 84 69 97

Samedi 4 mai

Organisateur : **Randonneurs du Pays de Matha**

Lieu de randonnée : **Les Touches de Périgny**

Lieu de rendez-vous : Etang de Cachet

Thème : Rando Brin d'Aillet

Heure de départ : 09h00

boucle de 11 km

A midi : apéritif, brin d'aillet et rillettes offerts par l'association

Heure de départ : 14h30

boucle de 8 km

Téléphones : 05 46 58 72 35

06 78 88 96 65

Samedi 11 mai

Organisateur : **Les Pieds Musclés Aigrefeuillais**

Lieu de randonnée : **Aigrefeuille d'Aunis**

Lieu de rendez-vous : Sous la halle (au pied du château d'eau, face à l'Intermarché)

Thème : Rando gourmande semi-nocturne

Départ de 18 à 19h

2 boucles : 10 ou 15 km

Informations : Repas en étape, inscription obligatoire, manifestation ouvertes à toutes et tous mais nos amis à 4 pattes ne sont pas autorisés. (Plat chaud et entrée pris en salle)

Prix des inscriptions : 15 €

Téléphones : 06 86 48 33 20

06 10 12 38 64

06 34 17 35 73

Samedi 11 maiOrganisateur : **Lau'Rando**Lieu de randonnée : **Rochefort sur mer**

Lieu de rendez-vous : Parking du magasin Décathlon de Rochefort

Thème : La « Belle Rando » accueil avec café et viennoiseries offerts par Décathlon

Départ : 09h30

boucle de 9 km

Départ : 09h45

boucle de 4,5 km

Informations : Inscription sur place, rando accompagnée par Lau'Rando. Petit ravitaillement sur le circuit et bons d'achat offerts par le magasin.

Téléphones : 05 46 82 89 81

06 30 60 03 61

Dimanche 19 maiOrganisateur : **Olérando**Lieu de la randonnée : **Saint-Trojan-les-Bains**

Lieu de rendez-vous : Foyer Lannelongue - 30 bd du Débarquement - St-Trojan

Thème : « **Randonnées pour Handi-Blues** »

Heure de départ : départs libres entre 9h00 et 10h00 circuits balisés de 8 à 14 km

Heure de départ : 14h30

boucle de 5 km accessible aux personnes à mobilité réduite

Informations : **Inscription sur place** : 6 € en soutien au festival Handi-Blues

Journée conviviale avec les résidents : accueil-café, ravitaillements, animations surprises, tables de pique-nique (prévoir son panier-repas), goûter de l'amitié.

Programme détaillé et inscription à tarif réduit avant le 12 mai sur le site :<https://www.helloasso.com/associations/olerando>

Téléphone : 06 88 28 03 54

Mail : handiblues.rando@gmail.com**Samedi 08 juin**Organisateur : **Foulées Nordiques de la Prée**Lieu de randonnée : **Saint Laurent-de-la-Prée et Fouras-les-Bains**

Lieu de rendez-vous : Parking mairie salles polyvalentes 131 rue de la Croix des Joncs 17450 St Laurent de la Prée

Thème : Marche nordique et découverte marche nordique

Heure de départ de 08h30 à 09h30

3 boucles simultanées : 14, 18, 23 km

Informations : Rassemblement marche nordique ouverte à tout pratiquant.

Découverte encadrée par animateur breveté fédéral et prêt de bâtons.

Parcours le long du littoral et sur les plages. Vue sur les îles d'Aix, Oléron et Fort Boyard.

Tarif : 7 €

Téléphone : 06 33 26 36 69

Samedi 15Organisateur : **Comité départemental****Dimanche 16 juin****Sur l'île d'Oléron, week-end multi-activités réservé aux licenciés de Charente-Maritime** : randonnée, randonnée douce, marche nordique, longe-côte/marche aquatique.**Inscription obligatoire.** Participation : 40 € par personne (activités et pension complète).**Faites vite pour vous inscrire ! Mi-décembre, il ne restait que 20 places d'hébergement.**

Si l'hébergement est complet et s'il reste des places dans certains groupes : 5 € par activité.

Les horaires et lieux de rendez-vous seront communiqués aux inscrits par mail ou courrier : courant mai pour les randonnées et la marche nordique ; 48h avant pour la marche aquatique.*Informations et bulletin d'inscription* : sur le site <https://charente-maritime.ffrandonnee.fr> et sur le Rando 17 de juillet 2018.

Téléphone : 06 88 28 03 54

Mail : charente-maritime.pratiques-adhesions@ffrandonnee.fr**Dimanche 07 Juillet**Lieu de randonnée : **Archiac**

Thème : les 12 heures de Haute-Saintonge

Date à retenir**Samedi 27 Juillet**Organisateur : **Médis Animation**Lieu de randonnée : **Médis**

Lieu de rendez-vous : Salle municipale, place Charles de Gaulle

Thème : rando gourmande semi-nocturne (16 €)

Inscription ferme à la réception du règlement avant le 22/07/2019

Départ entre 19h00 et 20h00

Téléphone : 06 77 17 46 43

Mail : medisanimation@yahoo.frSite : medisanimation.info

