



Adoptez l'éco-attitude

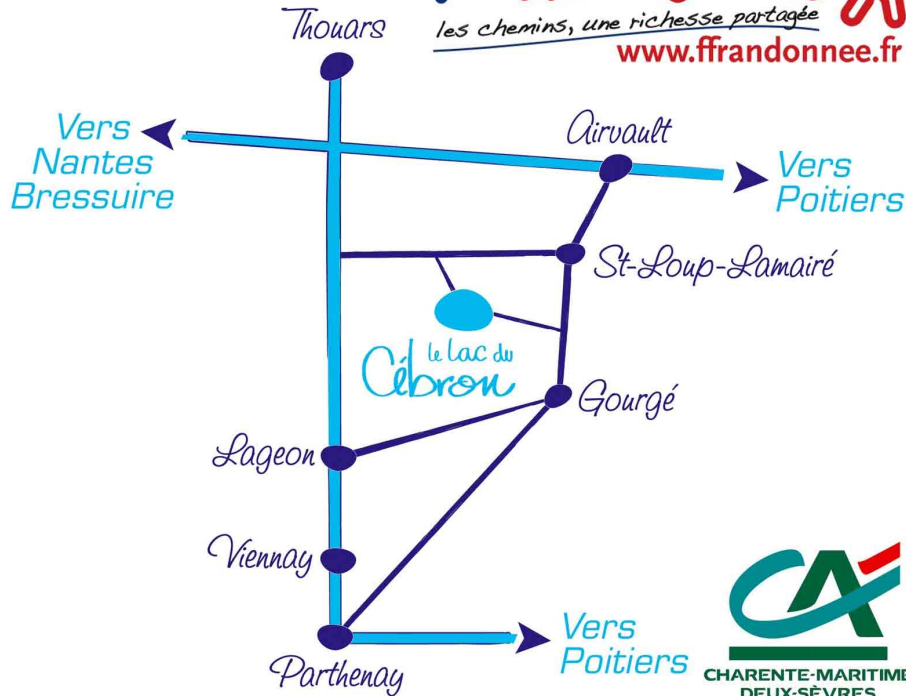
Pour le café servi avant le départ, munissez vous de votre gobelet 

Respectez l'environnement : récupérez vos déchets et laissez les sentiers propres

Ayez le réflexe **ÉCO-VEILLE®**

Optimisez le covoiturage

La randonnée à la portée de tous ...
Rejoignez l'une des 39 associations des Deux-Sèvres affiliées à la **FFRandonnée** 
ou randonnez avec la Randocarte®



Ne pas jeter sur la voie publique



Partenaire de la randonnée pédestre

Randonnée Pédestre

**Gratuite
Ouverte à tous**

**Journée Départementale
Dimanche 7 octobre 2012**

**au LAC du CÉBRON
commune de
ST-LOUP-LAMAIÉ**



Avec la participation de :

**March' à Melle, Mar Mau, 3A,
Mille-pattes Thouarsais, Les Godillots
Gâtinais, M.Q. de Goise, Rando-Échiré
Randonnées Gâtinaises**



Accès libre à
l'observatoire des oiseaux
de 14H00 à 18H00

Gué piéton
sur circuits de
20 et 30 Km



Inscription préalable :
Tél. : 05 49 73 92 60
ludovic.monique@orange.fr
Téléchargement : site du
Comité Départemental :
deux-sevres.ffrandonnee.fr



Comité Départemental de la Randonnée Pédestre des Deux-Sèvres
79, route de Parthenay 79100 SAINT-JEAN-DE-THOUARS
Courriel : rando79.rn@orange.fr Tél : 05 49 96 11 75
Le site du comité : deux-sevres.ffrandonnee.fr

LE PROGRAMME DE LA JOURNÉE

Accueil au lac du CÉBRON **Dimanche**
à SAINT-LOUP-LAMAIÉ **7 Octobre 2012**

Les mineurs randonnent sous la responsabilité d'un adulte
Les chiens, même tenus en laisse, ne sont pas autorisés

2 Randonnées accompagnées de la journée :
(repas tiré du sac)

1/ 30 Km départ à 8h00 allure : 4,5 Km/h
2/ 20 Km départ à 9h00 allure : 4,0 Km/h

1 Randonnée accompagnée en matinée :

8 Km départ à 9h30 allure : 3,7 Km/h

2 Randonnées accompagnées l'après-midi :

1/ 12,5 Km départ à 13h00 allure : 4,0 Km/h
2/ 8 Km départ à 13h30 allure : 3,7 Km/h

Randonnées à thème : Découverte du site
au travers de la connaissance de l'eau et
des arbres remarquables

4 Randonnées non accompagnées, non balisées

Cartographie en couleur fournie, allure libre,
repas ou encas tiré du sac

Circuits	Inscription et départ	Cartes IGN
30 Km	entre 8h00 et 9h30	1625E,1626O,1626E
20 Km	entre 9h00 et 11h00	1626O, 1626E
12,5 Km	entre 9h00 et 13h30	1626O,1626E
8 Km	entre 9h00 et 14h15	1626 O

**Pot de l'amitié à 17h00 offert par la
Com. de Communes du VAL du THOUET
et le COMITÉ DÉPARTEMENTAL**

