

Programme « Rando Santé® » de l'U.R.C.C. Moins loin, moins vite et moins longtemps

Les personnes intéressées par une rando-santé s'inscrivent au plus tard le vendredi 19 h, dernier délai pour le samedi matin et le lundi 19 h également pour le mardi auprès de :

- **André Lagrange au 06 28 13 77 95 ou Claudine Maréchal 06 18 02 03 53**

Rendez-vous au départ de la randonnée :

- **Le samedi RV à 9h15, départ à 9h30 ou RV à 13h45, départ à 14h.**
- **Le mardi RV à 9h15, départ à 9h30 ou RV à 13h15, départ 14h.**

Les parcours sont de 5 à 6 Km. L'allure est de 3 à 4 Km/h, et s'établit suivant les capacités des présents. Il est recommandé de porter des chaussures sportives à semelles crantées, non glissantes.

EN CAS d'ALERTE METEO, la randonnée est annulée

Prière de se munir d'un gobelet et de la prescription médicale de vos médicaments à porter sur soi (obligatoire)

Jour	Date	Mois	Commune	Nom du parking	Heure du R.V.
Mardi	3	Juillet	MONGRESIN	Parking de la table ronde	9h15 ou 13h45
Samedi	7	Juillet	APREMONT	Parking Allée de Creil	9h15 ou 13h45
Mardi	10	Juillet	AVILLY	Parking de la Maison du tir à l'Arc	9h15 ou 13h45
Interruption au mois d'août					
Mardi	4	Septembre	Verneuil en H	Parking du Cimetière	13h45
Samedi	8	Septembre	Cramoisy	Parking de la salle des fêtes	13h45
Mardi	11	Septembre	Montataire	Parking du Magasin Aldi	13h45
Samedi	15	Forêt /Oise =Club		RS, sortie découverte à voir	
Mardi	18	Septembre	Gouvieux	Parking du stade	13h45
Mardi	25	Septembre	Vineuil S/Firmin	Parking de l'Ancienne Gare	13h45
Samedi	29	Septembre	Saint Leu	Parking de l'office du tourisme	13h45

La randonnée peut être annulée s'il n'y a qu'une seule personne inscrite. Cette personne sera prévenue le lundi soir ou le vendredi soir 20 heures dernier délai.

Un changement de date pourrait être opéré au cas où un animateur manquerait pour les 3 causes suivantes : stage, réunion ou maladie.

Dans la mesure du possible nous compenserons par une autre date.

Prière de laisser vos coordonnées à chaque animateur, avec nos remerciements.

Cordialement MARECHAL Claudine

Correspondance : Président URCC
Daniel RONCHI
1, rue Léo Lagrange
6050 – VERNEUIL en HALATTE
Tél. : 06 09 57 22 95
[E mail : contact@urcc.fr](mailto:contact@urcc.fr)

Association affiliée à la Fédération Française de Cyclotourisme (F.F.C.T.) sous le N° 1488
Association affiliée à la Fédération Française de Randonnée Pédestre (F.F.R.P.) sous le N° 3645
Association agréée par la Jeunesse et Sports le 05/04/79 sous le N° 60.79.10
SIRET448 759 019 00020
Siège social : Mairie de CREIL - BP 76 - 60109 CREIL Cedex.
Site Internet : www.urcc.fr