

**Programme « Rando Santé® » de l'U.R.C.C.
4 e trimestre 2019
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 **d'André Lagrange au 06 28 13 77 95**

Claudine MARECHAL 06 18 02 03 53

Pensez **-la reprise veut dire adhésion -licence -certificat obligatoire .**

Rendez-vous à 13h 45 pour un départ à 14h

Les Parcours SANTE sont de 5 à 6 Km. L'allure est de 3 à 4 Km/h, et s'établit suivant les capacités des participants présents

Il est recommandé de porter **des chaussures sportives** à semelles crantées, non glissantes, **d'emporter une bouteille d'eau -1 barre ou autre en-cas**

EN CAS d'ALERTE METEO, la randonnée est annulée regarder le jour de la sortie ordi 11h -----

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

Le lieu de RDV peut être changé lors de l'invitation de la sortie par rapport au calendrier

Jour	Date	Mois	Commune	Nom du Parking	Heure du R.V.
Mardi	1	Octobre	Lamorlaye	Parking du magasin Lidl	13h45
Samedi	5	Octobre	Senlis	Parking de l'ancienne piscine	13h45
Mardi	8	Octobre	Apremont	Parking L'allée de Creil	13h45
Samedi	12	Octobre	Chantilly	Parking du Tennis	13h45
Mardi	15	Octobre	Fleurines	Parking du Stade	13h45
Samedi	19	Octobre	Vineuil S/F	Parking Ancienne Gare	13h45
Mardi	22	Octobre	Verneuil /h	Parking du cimetière	13h45
Samedi	26	Octobre	Cinqueux	Parking de l'école	13h45
Mardi	29	Octobre	Gouvieux	Parking du stade	13h45
Samedi	2	Novembre	Senlis	Parking de la cité judiciaire	13h45
Mardi	5	Novembre	Aumont en H	Parking de la butte	13h45
Samedi	9	Novembre	Saint Leu	Parking de la gare	13h45
Mardi	12	Novembre	Apremont	Parking Allée de Creil	13h45
Samedi	16	Novembre	Chantilly	Parking du Tennis	13h45
Mardi	19	Novembre	Vineuil S/F	Parking de l'Ancienne Gare	13h45
Samedi	23	Novembre	Gouvieux	Parking du Gymnase	13h45
Mardi	26	Novembre	Verneuil /H	Parking du cimetière	13h45

Correspondance : Président URCC
Daniel RONCHI
1, rue Léo Lagrange
60550 – VERNEUIL en HALATTE
Tél. : 06 09 57 22 95
E-mail : 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
Association labellisée Picardie en forme le 12 janvier 2016.
SIRET448 759 019 00020
Siège social : Mairie de CREIL - BP 76 - 60109 CREIL Cedex.
Site Internet : www.urcc.fr

