

**Programme « Rando Santé® » de l'U.R.C.C.**  
**4e trimestre 2020**  
**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 13h45 et le lundi 19 h également pour le mardi 13h45 auprès d'Andre samedi au 06 28 13 77 95 Claudine MARECHAL 06 18 02 03 53

**Rendez-vous au départ de la randonnée : Le samedi à 13h45**  
**Le mardi à 13h45**

Les parcours sont de 5 à 6 Km. Voir 7kms si aucune pathologie 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.

**EN CAS d'ALERTE METEO, la randonnée est annulée**

Prière de se munir d'un gobelet ,de la prescription médicale de vos médicaments à porter sur soi (obligatoire) une bouteille d'eau ,un en-cas

D'être muni , de la licence ,après réception ,un numéro de téléphone d'une personne à joindre EN CAS DE PROBLEME :obligatoire La fiche de renseignement , si traitement , dans le sac à dos , à porter visible pour l'animateur ,en cas de besoin ,d'une urgence Ne sera lu que par éventuellement service médical

Jour	Date	Mois	Commune	Nom du Parking	Heure du R.V.
Samedi	3	Octobre	Saint Leu	Place de la gare	13h45
Mardi	6	Octobre	Senlis	Parking de la piscine	13h45
Samedi	10	Octobre	Gouvieux	Rue des repas	13h45
Mardi	13	Octobre	Apremont	Allée de Creil	13h45
Samedi	17	Octobre	Montataire	Leclerc	13h45
Mardi	20	Octobre	Chantilly	Parking Route toudouze	13h45
Samedi	24	Octobre	Cinqueux	Parking Maison médicale	13h45
Mardi	27	Octobre	Fleurines	Parking du stade	13h45
Samedi	31	Octobre	Verneuil	Parking du cimetière	13h45
Mardi	3	Novembre	Senlis	stade de RUGBY à confirmer .A VOIR reconnaissance	13h45
Samedi	7	Novembre	Saint Leu	Parking de la gare	13h45
Mardi	10	Novembre	Villers	Parking du marché	13h45
samedi	14	Novembre	Indisponible	Remplacement jeudi 12 /11	A confirmer
Mardi	17	Novembre	Gouvieux	Parking étang Toutedoie	13h45
samedi	21	Novembre	Chantilly	Parking du tennis	
Mardi	24	voir	Selon	Disponibilité animateur	remplacement
Samedi	28	Voir	Selon	Disponibilité animateur	remplacement
Mardi	2	Décembre	Le mois de	Décembre sera adapté selon la	Metéo
Samedi	5	Décembre			
Mardi	8	Décembre			
Samedi	12	Décembre			

**Correspondance** : Président URCC  
Daniel RONCHI  
1, rue Léo Lagrange  
60550 – 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  
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](http://www.urcc.fr)

