

<p><b>GV Rando Gardanne</b></p> 	 <p><b>RANDO SANTE©</b> <b>RANDO BIEN-ÊTRE©</b></p>
<p><b>DATE</b></p>	<p><b>JEUDI 21 DECEMBRE 2017</b></p>
<p><b>LIEU</b></p>	<p><b>La MERINDOLE, le petit ARBOIS</b></p>
<p><b>DIFFICULTES</b></p>	<p>Rythme modéré, environ 2h de marche.. Dénivelé de la rando (100m) La rando se déroulera en grande partie sur des pistes.</p> <p>Nous adapterons notre vitesse en fonction des difficultés rencontrées.</p>
<p><b>Rendez Vous</b></p>	<p>Piscine de Gardanne : 13h15 - départ <b>13h30</b></p>
<p><b>MATERIEL</b></p>	<p>Chaussures de marche Prévoir de l'eau</p>
<p><b>CONSIGNES</b></p>	<p><b>EN CAS DE PLUIE , l'activité sera remise à une date ultérieure</b> Un courriel sera envoyé la veille au soir.</p>
<p><b>ANIMATEURS</b></p>	<p><b>BERIDON Michel : 04 42 51 59 16</b></p> <p><b>STRUZINSKI Jean Pierre : 04 42 58 14 94</b></p>

<p><b>GV Rando Gardanne</b></p> 	 <p><b>RANDO SANTE©</b> <b>RANDO BIEN-ÊTRE©</b></p>
<p><b>DATE</b></p>	<p><b>JEUDI 21 DECEMBRE 2017</b></p>
<p><b>LIEU</b></p>	<p><b>La MERINDOLE, le petit ARBOIS</b></p>
<p><b>DIFFICULTES</b></p>	<p>Rythme modéré, environ 2h de marche.. Dénivelé de la rando (100m) La rando se déroulera en grande partie sur des pistes.</p> <p>Nous adapterons notre vitesse en fonction des difficultés rencontrées.</p>
<p><b>Rendez Vous</b></p>	<p>Piscine de Gardanne : 13h15 - départ <b>13h30</b></p>
<p><b>MATERIEL</b></p>	<p>Chaussures de marche Prévoir de l'eau</p>
<p><b>CONSIGNES</b></p>	<p><b>EN CAS DE PLUIE , l'activité sera remise à une date ultérieure</b> Un courriel sera envoyé la veille au soir.</p>
<p><b>ANIMATEURS</b></p>	<p><b>BERIDON Michel : 04 42 51 59 16</b></p> <p><b>STRUZINSKI Jean Pierre : 04 42 58 14 94</b></p>