

| | |
|--|---|
| <p>++GV Rando Gardanne</p>  <p>Site : gvrando.com</p> |  <p>RANDO SANTE©</p> |
| <p>DATE</p> | <p>JEUDI 10 octobre 2019</p> |
| <p>LIEU</p> | <p>La Brignole BOUC BEL AIR</p> |
| <p>DIFFICULTES</p> | <p>rythme modéré, peu de difficultés, peu de dénivelé (160.m) environ 2h de marche. Nous adapterons notre vitesse en fonction des difficultés rencontrées.</p> |
| <p>Rendez Vous</p> | <p>Piscine de Gardanne :8h30 -départ <u>8h45 précises</u></p> |
| <p>MATERIEL</p> | <p>Chaussures de marche Prévoir de l'eau</p> |
| <p>CONSIGNES</p> | <p>Pour les nouveaux adhérents soyez à l'heure car nous partons à l'heure précise indiquée nous n'attendons pas EN CAS DE PLUIE , l'activité sera remise à une date ultérieure</p> |
| <p>ANIMATEURS</p> | <p>JP STRUZINSKI ;06 88 63 79 54</p> |

| | |
|--|---|
| <p>GV Rando Gardanne</p>  <p>Site : gvrando.com</p> |  <p>RANDO SANTE©</p> |
| <p>DATE</p> | <p>JEUDI 10 octobre 2019</p> |
| <p>LIEU</p> | <p>La Brignole BOUC BEL AIR</p> |
| <p>DIFFICULTES</p> | <p>rythme modéré, peu de difficultés, peu de dénivelé (160m) environ 2h de marche. Nous adapterons notre vitesse en fonction des difficultés rencontrées.</p> |
| <p>Rendez Vous</p> | <p>Piscine de Gardanne :8h30 départ <u>8h45 précises</u></p> |
| <p>MATERIEL</p> | <p>Chaussures de marche Prévoir de l'eau</p> |
| <p>CONSIGNES</p> | <p>Pour les nouveaux adhérents soyez à l'heure car nous partons à l'heure précise indiquée nous n'attendons pas En cas de pluie l'activité sera remise à une date ultérieure</p> |
| <p>ANIMATEURS</p> | <p>JP STRUZINSKI ;06 88 63 79 54</p> |

| | | | |
|--|-----------------------------------|--|----------------------------------|
| | M BERIDON : 06 84 35 02 66 | | M BERIDON: 06 84 35 02 66 |
|--|-----------------------------------|--|----------------------------------|