

<p><b>GV Rando Gardanne</b></p> 	 <p><b>RANDO SANTE©</b></p>
<p><b>DATE</b></p>	<p><b>Jeudi 24 Janvier 2019</b></p>
<p><b>LIEU</b></p>	<p><b>MEYREUIL Valbrillant</b></p>
<p><b>DIFFICULTES</b></p>	<p>rythme modéré, peu de difficultés, peu de dénivelé (90m) environ 2h de marche. Nous adapterons notre vitesse en fonction des difficultés rencontrées.</p>
<p><b>Rendez Vous</b></p>	<p>Piscine de Gardanne : 13h30 <b>Départ : 13h40</b></p>
<p><b>MATERIEL</b></p>	<p>Chaussures de marche Prévoir de l'eau et un encas</p>
<p><b>CONSIGNES</b></p>	<p>Les personnes porteuses d'une pathologie, devront porter sur eux une fiche avec les indications nécessaires en cas d'urgence : numéro de téléphone du médecin traitant, numéro de téléphone de la personne à prévenir, nature de la pathologie, traitement suivi, traitement et posologie à prendre, endroit où se trouve ce traitement</p>
<p><b>ANIMATEURS</b></p>	<p><b>BERIDON Michel : 06 84 35 02 66</b></p> <p><b>STRUZINSKI JP : 06 88 63 79 54</b></p>

<p><b>GV Rando Gardanne</b></p> 	 <p><b>RANDO SANTE©</b></p>
<p><b>DATE</b></p>	<p><b>Jeudi Jeudi 24 Janvier 2019</b></p>
<p><b>LIEU</b></p>	<p><b>MEYREUIL Valbrillant</b></p>
<p><b>DIFFICULTES</b></p>	<p>rythme modéré, peu de difficultés, peu de dénivelé (90m) environ 2h de marche. Nous adapterons notre vitesse en fonction des difficultés rencontrées.</p>
<p><b>Rendez Vous</b></p>	<p>Piscine de Gardanne : 13h30 <b>Départ : 13h40</b></p>
<p><b>MATERIEL</b></p>	<p>Chaussures de marche Prévoir de l'eau et un encas</p>
<p><b>CONSIGNES</b></p>	<p>Les personnes porteuses d'une pathologie, devront porter sur eux une fiche avec les indications nécessaires en cas d'urgence : numéro de téléphone du médecin traitant, numéro de téléphone de la personne à prévenir, nature de la pathologie, traitement suivi, traitement et posologie à prendre, endroit où se trouve ce traitement</p>
<p><b>ANIMATEURS</b></p>	<p><b>BERIDON Michel : 06 84 35 02 66</b></p> <p><b>STRUZINSKI JP : 06 88 63 79 54</b></p>