



# Happy Days de la retraite sportive

association affiliée à la FFRS Fédération Française de la Retraite Sportive

## MARCHE DU JEUDI

PROGRAMME DES RANDONNEES		Janvier - Février - Mars - Avril
Date	Marche	Départ de la marche
09-janv	Voie-Verte	Espace Carrère
16-janv	Chemin du Priou	Espace Carrère
23-janv	Lac de Palau	Espace Carrère
30-janv	Chemin de Valbonne	Espace Carrère
06-févr	Chemin de Cabanes	Espace Carrère
13-févr	vacances	
20-févr	vacances	
27-févr	Dels Pobles	Espace Carrère
05-mars	Les Cappellans	Espace Carrère
12-mars	Le Pilou	Espace Carrère
19-mars	Saint Jean Pla de Corts	Espace Carrère
26-mars	Mas Larrieu	Espace Carrère
02-avr		
09-avr	vacances	
16-avr	vacances	

### ATTENTION : ces indications sont données à titre indicatif

Marches annulées ou modifiées selon météo (vent, pluie, froid) se munir d'eau, coupe-vent, polaire, équipement obligatoire (chaussures de rando, ordonnance médicaments indispensables, n° téléphone urgent famille)

\* Participation aux frais de covoiturage, seront communiquées au départ

en cas de doute sur la météo nous vous recommandons de téléphoner à l'animateur la veille,

**Les adhérents devront obligatoirement posséder sur eux la licence à jour et le passeport santé FFRS**

**Le passe port santé peut-être téléchargé sur le site de la FFRS**

**Les personnes se rendant sur le point de départ des marches sont priées d'aviser l'animateur**

**RDV 8h45: Espace JEAN CARRERE à ARGELES pour un départ à 9h00**

0,33€ du km par voiture (ex: 0,33x100km divisé par le nombre de personnes)