

<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 23 mars 2023</b></p>
<p><b>LIEU</b></p>	<p><b>LE THOLONET Le grand Cabriès</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 : 13h30 - départ 13h45</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>Joël ARIASI 06 87 20 13 19</b></p> <p><b>Luc TANGUY 06 85 37 69 29</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 23 mars 2023</b></p>
<p><b>LIEU</b></p>	<p><b>LE THOLONET Le grand Cabriès</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 : 13h30 - départ 13h45</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>ARIASI Joël 06 87 20 13 19</b></p> <p><b>.Luc TAMGUY 06 85 37 69 29</b></p>

