



Fédération  
Française  
du Sport  
Adapté

Lot-et-Garonne

# Défi Rando n°2

## 8 Novembre 2022

### Montgaillard



---

#### Présentation

---

Randonnée de 5,2km (voir annexe) avec un peu de dénivelé.

Prévoir des chaussures de rechange et une tenue adaptée à la randonnée et au temps.

L'après-midi sera consacré à une ballade dans le village médiéval.

---

#### Lieu

---

Rendez-vous à partir de 9h45 à la salle polyvalente de Montgaillard en Albret pour un accueil café.

---

#### Programme prévisionnel

---

**9h45** : Accueil des marcheurs

**10h15** : début de la randonnée de 5.2km (2 heures de marche environ)

**12h30** : retour à la salle des fêtes pour pique-niquer

**13h45** : Ballade dans le village

**15h00** : fin de la randonnée

**(Les horaires restent approximatifs en fonction du niveau des marcheurs et des difficultés rencontrées)**

---

#### Catégories ouvertes

---

Cette journée promotionnelle s'adresse aux adultes titulaires d'une licence FFSA 2022-2023. Pour les non licenciés : prise de Licence Découverte (valable 3 fois dans l'année), à 10 € avec un certificat médical de moins d'un an obligatoire à présenter le jour de la rencontre.

---

#### Inscriptions

---

**Les inscriptions sont à renvoyer avant le 7 Novembre au CDSA 47 :**

Par mail : [ffsa47cd@wanadoo.fr](mailto:ffsa47cd@wanadoo.fr),

Pour plus de renseignements : CDSA 47 : 05 53 98 19 72 / Marina : 06 85 58 23 02

