



L'association CHIBOUDIG a le plaisir de vous inviter à sa randonnée loisir:

## **Le dimanche 24 mars au centre Nautique du Cap-Coz à Fouesnant**

**L'association CHIBOUDIG en association avec le comité départemental Sport Adapté a  
décidé d'ouvrir cette randonnée à tous les marcheurs « du dimanche ».**

**Vous pourrez partir à l'horaire que vous souhaitez de 8h00 à 14h30, ou partir en départ  
groupé l'après-midi, les circuits étant fléchés.**

Sous-bois, rivière, sentier côtier, plage, etc, tel est le cocktail que nous vous concoctons pour  
cette randonnée.

Trois circuits vous sont proposés (5.5 km, 10.5 km et 16.5 km).

Le circuit de 5km est accessible aux personnes à mobilité réduite et aux fauteuils. Le second  
concerne les bons marcheurs, enfin le dernier circuit est destiné aux très bons marcheurs.

Ci-dessous un petit aperçu de la randonnée:



Cette randonnée est ouverte à tout le monde.

Pour les licenciés sport adapté (licence compétitive et non compétitive) le tarif sera de 2€ par participant.

Pour les autres, il y a possibilité de prendre une licence à la journée fournissant un certificat médical et la date de naissance du sportif. Il sera demandé un supplément de 8€ en plus de 2€.

### **DEROULEMENT DE LA JOURNEE:**

**A partir de 9H00: Café de bienvenue  
Départ libre (les circuits seront balisés)**

**A partir de midi: Vous avez la possibilité de pique-niquer sur place. Tables et chaises seront mis à disposition. Le départ de la randonnée se fait de cette salle.**

**A partir de 13h30: Café de bienvenue pour les arrivants de l'après-midi, Vérification des inscriptions.**

**13h30: Départ pour la randonnée 15 km en groupe (avec accompagnateurs)  
(si vous souhaitez partir «seul» cela sera possible sur le même principe que le matin)**

**13h45: Départ pour la randonnée 9 km en groupe (avec accompagnateurs)  
Au vu du nombre de participants.**

**A partir de 14h15 : départ pour la randonnée 5 km accessible aux fauteuils (départ en groupe ou libre)**

**17h00: pot de l'amitié**

N'hésitez pas à me contacter pour tous renseignements complémentaires.

Au numéro suivant: **06 11 96 43 97** ou par mail: **chiboudig@papillonsblancs29.fr**

**LES FEUILLES D'INSCRIPTION SONT A RENVOYER POUR LE LUNDI 18 MARS**

Comptant sur votre présence,  
Amicalement,  
Pour l'association Chiboudig  
Laurent Taulen