



Jour

Fréquence

Horaire

DIMANCHE

Les 2ème et 4ème
dimanche du mois

Départ 9 h – retour 11h30 – rdv parking Lelièvre – distance 10 à 12 Km – allure 5 km/h
cette marche à allure modérée se déroule autour des Herbiers

LUNDI

3ème lundi du mois

Départ 8 h – retour 18 h – rdv parking Lelièvre – distance 25 à 30 Km – allure 5 km/h
Journée détente, sportive , culturelle avec sac à dos et pique nique sur une région pas
ou peu connue par la plupart des participants afin de découvrir ses sentiers et
son patrimoine

MARDI

Hors vacances
scolaires

Départ 8 h – retour 10 h30 – rdv voir planning sur le site – distance 12 Km – allure 6 km/h
cette marche se déroule dans un rayon de 15 km autour des Herbiers
un déplacement en voiture permet de varier les itinéraires

Mercredi

Tous les mercredis
du mois

Départ 18 h30 – retour 20 h30 – rdv parking Lelièvre – distance 12 Km – allure 6 km/h
marche allure Audax autour des Herbiers, les circuits sont variés
Convient aux personnes qui veulent couper la semaine d'une façon sportive

JEUDI

Tous les jeudis
du mois

Départ 14h15 sur le lieu de la randonnée (voir planning sur le site)
covoiturage parc des expositions rue du 11 novembre Les Herbiers
Au choix 3 randonnées
- 1^{er} rando de 10 à 12 km – allure 5 km/h
- 2^{ème} rando de 8 à 10 km – allure 4 km/h
- 3^{ème} rando de 6kms – allure 3 km/h
Ces trois randonnées se déroulent à allure modérée, avec des parcours variés
qui partent à la découverte du patrimoine