



# Nature et Randonnée

Cette association créée à La Suze en 1989 par un groupe d'amoureux de la marche et de la nature a pour vocation principale de vous emmener découvrir ou redécouvrir les anciens chemins communaux, leur faune et leur flore.

Ainsi elle organise de nombreuses randonnées sur le secteur de La Suze ou dans les communes voisines.

Elle participe également à des activités de protection de l'environnement « fiche éco-veille ».

**Le premier et troisième mardi de chaque mois vous pouvez nous rejoindre pour une randonnée de 8 à 13 Km dont le rendez-vous de départ est sur parking du stade Daniel Soyer à 13 h 45 précises.**

*Pour marcher dans la joie et la bonne humeur,  
venez profiter de la convivialité de Nature et Randonnée !*

Pour tout renseignement complémentaire :

Annick THUET ☎ : 02.43.77.40.19

Joël et Annick SEPTSAULT ☎ : 02.43.77.38.34

[mmasj6@orange.fr](mailto:mmasj6@orange.fr)

# Nature et Randonnée



**LA SUZE**

*campagne  
découverte  
2020*



Randonnées

journées de détente,  
sport, nature...



## Randonnées du mardi - Année 2020

1<sup>er</sup> et 3<sup>ème</sup> mardi du mois

21 janv.	Yvré le Polin	7 juillet	Loué
4 fév.	St Georges du Bois	18 août	Parcé sur Sarthe
18 fév.	Parigné le Polin	1 <sup>er</sup> sept.	Sillé le Philippe
3 mars	Clermont Créans	15 sept.	Neuville sur Sarthe
17 mars	La Bazoge (vin chaud)	6 oct.	Parigné l'Èveque (vin chaud)
7 avril	Luché Pringé	20 oct.	Saint Pavace
21 avril	Cré sur Loir	3 nov.	Auvers sous Montfaucon
5 mai	Epineu le Chevreuil	17 nov.	Guécélard
19 mai	Marigné Laillé ☀	1 <sup>er</sup> déc.	Mézeray « Téléthon »
2 juin	Notre Dame du Pé	15 déc.	Foulletourte
16 juin	Neuvillalais	5 janv 21	La Suze « Galette »
☀ Pique-nique Départ : 9 h			

Randonnée de 8 à 13 Km. Rendez-vous à 13 h 30, parking du stade Daniel Soyer à La Suze pour covoiturage non payant ! **Attention !** : **Départ à 13 h 45 précises. De novembre à février rdv à 13 h 15 et départ à 13 h 30 précises.** Pour les personnes qui désirent se rendre directement sur le lieu de la randonnée, contactez les personnes ci-dessous.

Non adhérent 2 € par personne et par randonnée. -14 ans Gratuit

Joël et Annick SEPTSAULT ☎ : 02.43.77.38.34 mmasj6@orange.fr  
Joël SEPTSAULT Portable ☎ : 06.72.82.46.98  
Annick THUET ☎ : 02.43.77.40.19

**Chaque randonneur reste responsable des incidents ou accidents dont il pourrait être l'auteur ou la victime.**

### CHARTRE DU RANDONNEUR

Les circuits pédestres empruntent des chemins et des sentiers ruraux du domaine public fréquentés par tout type de randonneurs. Ils empruntent aussi parfois des chemins privés dont les propriétaires ont accordé gracieusement l'autorisation de passage. Pour garantir la viabilité et la pérennité de ce réseau, nous vous invitons à :

- ✓ Respecter la nature et surtout la propriété privée
- ✓ Rester sur les sentiers
- ✓ Ne pas abandonner vos détritus
- ✓ Ne pas fumer en forêt ni allumer de feux
- ✓ Ne cueillir ni fleurs ni plantes ni champignons
- ✓ Ne pas troubler le silence des lieux habités

***Chaque randonneur ne laisse derrière lui que des sourires !!!***

### **DATES A NOTER SUR VOTRE AGENDA 2020**

#### **MARDI 9 JUIN**

Voyage randonnée Presqu'île de Quiberon (56170)  
Rendez-vous à partir de 4 h parking stade Daniel Soyer à La Suze sur Sarthe.  
Départ vers 4 h 30

#### **SAMEDI 5 SEPTEMBRE**

Forum des associations salle des fêtes de La Suze sur Sarthe

#### **SAMEDI 5 SEPTEMBRE**

Rando semi nocturne avec soupe à l'oignon à l'arrivée.  
Rendez-vous Place de la Halle à La Suze sur Sarthe à 18 h 30.  
Départ à 19 h. Participation : adulte 3 € et enfant – de 12 ans 1 €

#### **SAMEDI 3 OCTOBRE**

Nous fêterons les 30 ans de l'association !

#### **SAMEDI 16 JANVIER 2021**

18 h Assemblée générale salle des fêtes de La Suze sur Sarthe. 20 h repas.  
Le déroulement sera précisé par courrier aux intéressés

\*\*\*\*\*

**INFORMATION :** Le certificat médical de non contre indication à la pratique de la randonnée pédestre n'est pas obligatoire mais fortement conseillé. Il est délivré gratuitement par votre médecin traitant lors d'une consultation. Celui-ci est à renouveler tous les ans, de préférence en début d'année et à remettre au Président de l'association de Nature et Randonnée. **C'est un signe de bonne santé pour vous et une sécurité pour les responsables de l'association**

## **ADHESION A NATURE ET RANDONNEE**

Pour nous aider à développer nos activités et pour que les animations que nous proposons soient toujours de qualité, adhérez à notre association.

En devenant membre de Nature et Randonnée vous recevrez le calendrier complet de toutes nos animations de l'année et serez avertis par courrier des activités non planifiées ou réservées aux membres.

### **Coupon d'adhésion à retourner chez :**

**Madame Annick THUET**  
**7 rue des Cèdres 72210 La Suze sur Sarthe**

Pour tout renseignement :

Annick THUET ☎ : 02.43.77.40.19  
Joël et Annick SEPTSAULT ☎ : 02.43.77.38.34  
mmasj6@orange.fr

.....  
X.....

Nom : .....

Prénom : .....

Adresse : .....

C.P : |\_\_|\_\_|\_\_|\_\_|\_\_| Ville : .....

Adresse mail : .....

☎ : |\_\_|\_\_|\_\_|\_\_|\_\_|\_\_|\_\_|

Tarif de notre adhésion pour une année complète :

17 € individuelle et 25 € familiale

Ci-joint un chèque de ..... € à l'ordre de Nature et Randonnée.

### **½ tarif du 1<sup>er</sup> juillet au 31 décembre de l'année en cours**

8,50 € individuelle et 12,50 € familiale

### **Du 1<sup>er</sup> novembre au 31 décembre :**

2 € par personne et par randonnée

## **ADHESION A NATURE ET RANDONNEE**

Pour nous aider à développer nos activités et pour que les animations que nous proposons soient toujours de qualité, adhérez à notre association.

En devenant membre de Nature et Randonnée vous recevrez le calendrier complet de toutes nos animations de l'année et serez avertis par courrier des activités non planifiées ou réservées aux membres.

### **Coupon d'adhésion à retourner chez :**

**Madame Annick THUET**  
**7 rue des Cèdres 72210 La Suze sur Sarthe**

Pour tout renseignement :

Annick THUET ☎ : 02.43.77.40.19  
Joël et Annick SEPTSAULT ☎ : 02.43.77.38.34  
mmasj6@orange.fr

.....  
X.....

Nom : .....

Prénom : .....

Adresse : .....

C.P : |\_\_|\_\_|\_\_|\_\_|\_\_| Ville : .....

Adresse mail : .....

☎ : |\_\_|\_\_|\_\_|\_\_|\_\_|\_\_|\_\_|

Tarif de notre adhésion pour une année complète :

17 € individuelle et 25 € familiale

Ci-joint un chèque de ..... € à l'ordre de Nature et Randonnée.

### **½ tarif du 1<sup>er</sup> juillet au 31 décembre de l'année en cours**

8,50 € individuelle et 12,50 € familiale

### **Du 1<sup>er</sup> novembre au 31 décembre :**

2 € par personne et par randonnée