



# 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.**

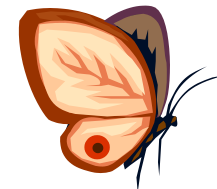
***Pour marcher dans la joie et la bonne humeur,  
venez profiter de la convivialité de Nature et Randonnée !***

**Pour tout renseignement complémentaire :**

**Annick THUET ☎ : 02.43.77.40.19**

**Joël et Annick SEPTSAULT ☎ : 02.43.77.38.34**

# Nature et Randonnée



**LA SUZE**

**Campagne  
découverte  
2018**

**Randonnées  
journées de détente,  
sport, nature...**



## Randonnées du mardi - Année 2018

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

16 janv.	Cérans Foulletourte	3 juillet	Parcé sur Sarthe
6 fév.	Guécélard	21 août	St Mars la Brière
20 fév.	Moncé en Belin	4 sept.	Aubigné Racan
6 mars	Oizé	18 sept.	Juigné sur Sarthe
20 mars	Coulaines (vin chaud)	2 oct.	Tennie (vin chaud)
3 avril	Sarcé	16 oct.	La Chapelle St Aubin
17 avril	Souigné sous Ballon	6 nov.	Requeil
1 <sup>er</sup> mai	Lavernat	20 nov.	St Pierre des Bois
15 mai	Jupilles ☉	4 déc.	Yvré le Pôlin « Téléthon »
5 juin	Clefs (49)	18 déc.	Pruillé le Chétif
19 juin	Ste Jamme sur Sarthe	8 janv 19	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 ! : Les départs se feront à 13 h 45 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

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 détritrus
- ✓ 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 2018

### **MARDI 12 JUIN**

Voyage randonnée à Port Navalo (56640). Rendez-vous à partir de 5 h parking stade Daniel Soyer. Départ vers 5 h 30

### **SAMEDI 8 SEPTEMBRE**

Forum des associations salle des fêtes de La Suze sur Sarthe

### **SAMEDI 8 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 19 JANVIER 2019**

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**

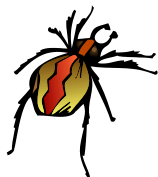


## ADHESION A NATURE ET RANDONNEE

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.

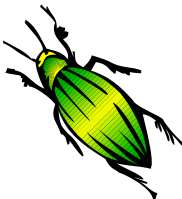
**Coupon d'adhésion à retourner chez :**



**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**



✂ .....

Nom : .....

Prénom : .....

Adresse : .....

C.P : | | | | | Ville : .....

☎ : | | | | | | | | | |

**Tarif de notre adhésion pour une année complète :**

**16 € individuelle et 23 € 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 € individuelle et 11,50 € 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.

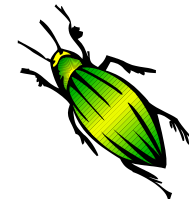
**Coupon d'adhésion à retourner chez :**



**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**



✂ .....

Nom : .....

Prénom : .....

Adresse : .....

C.P : | | | | | Ville : .....

☎ : | | | | | | | | | |

**Tarif de notre adhésion pour une année complète :**

**16 € individuelle et 23 € 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 € individuelle et 11,50 € familiale**

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

**2 € par personne et par randonnée**

