



# 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 13h15 pour un départ à 13 h 45 précises.

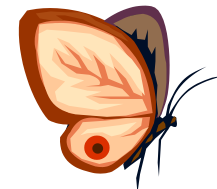
***Pour marcher dans la joie et la bonne humeur,  
venez profiter de la convivialité  
de Nature et Randonnée !***

**Pour tout renseignement complémentaire :**

**Joël et Annick SEPTSAULT**

**☎ : 02.43.77.38.34    mmasj6@orange.fr**

# Nature et Randonnée



**LA SUZE**

**Campagne  
découverte  
2022**

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



Réalisation & impression : Aurore Point Accueil Associations La Suze

## RANDONNEES 1<sup>ER</sup> ET 3<sup>EME</sup> MARDI DU MOIS - ANNEE 2022

Programme susceptible d'être modifié en fonction de la situation sanitaire.

<b>18 janv.</b>	Mézeray	<b>19 juillet</b>	St Jean de la Motte
<b>1<sup>er</sup> fév.</b>	St Georges du Bois	<b>23 août</b>	Sarcé
<b>15 fév.</b>	Guécélard	<b>6 sept.</b>	Mayet-Est
<b>1<sup>er</sup> mars</b>	Rouillon	<b>20 sept.</b>	Loué
<b>15 mars</b>	Coulaines (vin chaud)	<b>4 oct.</b>	Vallon sur Gée (vin chaud)
<b>5 avril</b>	Cré sur Loir	<b>18 oct.</b>	Clermont Créans
<b>19 avril</b>	Epineu le Chevreuil	<b>8 nov.</b>	Coulans sur Gée
<b>3 mai</b>	La Chapelle St Aubin	<b>22 nov.</b>	Maigné
<b>17 mai</b>	Saulges (53) ☉	<b>6 déc.</b>	La Suze/Sarthe « Téléthron »
<b>7 juin</b>	La Flèche	<b>20 déc.</b>	Yvré le Polin
<b>21 juin</b>	Luché Pringé	<b>3 janv 23</b>	La Suze « Galette »
<b>5 juillet</b>	Oizé		
☉ Pique-nique Départ : 9 h		PLANNING MODIFIÉ LE 31/03/2022	

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.** Pour les personnes qui désirent se rendre directement sur le lieu de la randonnée, contactez les personnes ci-dessous. De novembre à février, rdv à 13 h 15 et départ 13 h 30.

Non adhérent 2 € par personne et par randonnée. -14 ans Gratuit sous la responsabilité des parents.

Joël et Annick SEPTSAULT ☎ : 02.43.77.38.34 mmasj6@orange.fr  
 Joël SEPTSAULT Portable ☎ : 06.72.82.46.98  
 Annick SEPTSAULT Portable ☎ : 06.31.22.70.39

**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 détritres
- 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 2022

**Le programme est susceptible d'être modifié en fonction de la situation sanitaire et des décisions gouvernementales**

### SAMEDI 3 SEPTEMBRE

Forum des Associations – Salle des Fêtes de La Suze sur Sarthe

### SAMEDI 3 SEPTEMBRE

Randonnée 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 14 JANVIER 2023

10 h Assemblée générale salle des fêtes de La Suze sur Sarthe. 12 h 30 repas. Le déroulement sera précisé par courrier aux intéressés

\*\*\*\*\*

## INFORMATION

### N'oubliez pas votre masque

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 3 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**

\*\*\*\*\*