



RANDONNEES PEDESTRES MARDI ET JEUDI - MARS AVRIL 2024

RANDO : 5 à 6 km 3,5 km/h **RANDO : 7 à 10 km 4 /4,5 km/h** **RANDO : 11 à 15 km 5/5,5 km**

Départ groupé/covoiturage sur la place de l'Orée du bois à Quimiac

- à 14 h00 les mardis

- à 13 h 30 les jeudis

Ou directement sur le lieu de départ (à 14 heures les jeudis)

Mardi 5 mars	LA TURBALLE Coispéan 6,5 km Départ parking Coispéan, chemin de Gareno	MC
Jeudi 7 mars	SAINT NAZAIRE Les étangs 9,5 km Départ route du bois Joalland rue Charles Garnier	MR
Mardi 12 mars	MESQUER pointe de piemain 7km Départ place de l'Orée du Bois Quimiac	MC
Jeudi 14 mars	BATZ SUR MER Grand Blockhauss 9,5 km Départ rte Manérick puis à droite rte du Dervin 2 ^{ème} pk droite avant n°25	HD
Mardi 19 mars	LA TURBALLE pré Pen Bron 6km Départ parking au début bd de la grande falaise	HR
Jeudi 21 mars	MESQUER Quimiac/Piriac A/R 13,6 km Départ place de l'Orée du bois Quimiac	CDG
Mardi 26 mars	PIRIAC Lérat St Sébastien 6,5 km Départ parking en face du port de Lérat	HR
Jeudi 28 mars	LA ROCHE BERNARD les deux rives 10 km RV Parking à l'entrée du pont suspendu, du côté de la Roche-Bernard	AL
Mardi 2 avril	SAINT MOLF Quilistre 7,5 km RV chapelle St Germain	MC
Jeudi 4 avril	LE CROISIC Côte sauvage 9 km Départ parking gare du Croisic	MR
Mardi 9 avril	LA BAULE L'étier le remblai 5,6 km Départ parking ave d'Agen	HR
Jeudi 11 avril	ASSERAC Pont d'arm traict de Pen Bé 14,5 km Départ Pont d'arm	AL
Mardi 16 avril	MESQUER les campings 7 km Départ place de l'orée des bois	MC
Jeudi 18 avril	LE POULIGUEN tour de côte pointe de Penchâteau 8,9 km Départ parking du port	MR
Mardi 23 avril	LE CROISIC Port Lin 6,3 km Départ parking place du Gal De Gaulle	HR
Jeudi 25 avril	ASSERAC Pont Mahé Maresclé pte du bile 11 km Départ rue de la plage à Pont Mahé	HD

MARCHES NORDIQUES MERCREDI

Départ à 8 h40 salle de l'Artymès pour covoiturage ou Rdv à 9 h 00 au point de départ de la Marche

Contacts : 06 63 81 37 67 – 06 76 98 42 24

06 mars PORT AU LOUP 8 km environ	03 avril - HERBIGNAC – CHEMIN DES POTIERS 10,5 km environ
13 mars MESLON 9 km environ	10 avril - PONT MAHE – POINTE DU BILE 10 km environ
20 mars PEN BE – DUNES DE PONT MAHE 9 km environ	17 avril CAMOEL – PONT DE FER 10 km environ
27 mars ASSERAC – TRAICT DE PEN BE 10 km environ	24 avril PEN BRON 8,5 km environ

Site internet : <https://www.captonicmesquer.fr>

Courriel : captonicmesquer@gmail.com (à enregistrer dans vos contacts)