

# LE RÈGLEMENT



## RANDONNÉES PÉDESTRES de la Maison de Quartier du Bois du Château :

Tous les mardis de l'année à partir de 14h00.

La programmation se fait avec le groupe, la date est indiquée sur le programme des sorties.

### TARIFS + CONDITIONS :

Adhésion annuelle adulte : 10€ + Certificat médical d'aptitude à la Marche de moins de 3 mois.

### DÉPLACEMENTS :

Pendant la crise sanitaire, les déplacements se font à pied, en minibus ou en covoiturage.

Les rendez-vous sont donnés généralement à la Maison de Quartier du Bois du Château.

Pensez à être à l'heure !

### Pensez à vous munir d'un ticket de bus au cas où !

Coût supplémentaire à prévoir si visite d'un site, d'une expo ou d'un musée.

### Inscription obligatoire à l'accueil.

Si vous devez annuler, prévenez-nous, cela pourra libérer une place pour une autre personne.

### ÉQUIPEMENT À PRÉVOIR :

Une paire de chaussures de marche dans lesquelles vous êtes à l'aise, des bâtons de marche nordique si vous le souhaitez, des chaussettes.

Une tenue vestimentaire pratique de votre choix, une petite laine, un vêtement de pluie au cas où, de la crème solaire, un chapeau, une bouteille d'eau et un goûter si vous le souhaitez dans un petit sac à dos.

Nous respectons le rythme de chacun.

### TEMPS DES PROMENADES :

Le groupe des Tous Petits Pas parcourt environ 1 à 2 km l'après-midi pendant environ 2H00 de marche, en alliant moments de pause, de contemplation de la nature et papotage !

## COVID - 19

**Vous devez prendre connaissance des consignes de notre protocole sanitaire avant toute participation au groupe de marche de la Maison de Quartier de Bois du Château.**

### 1. Avant la ballade, assurez-vous de :

Ne pas avoir de symptômes de la Covid-19.

Ne pas avoir été en contact avec une personne atteinte ou suspectée d'être atteinte de la Covid19 dans les 15 jours précédents la ballade. Respectez les recommandations de votre médecin au regard de votre état de vulnérabilité et consultez votre médecin avant de reprendre les séances si vous avez été atteint par la Covid-19.

Avoir rempli et signé la feuille d'émargement.

**2. Pendant la ballade :** Il est recommandé de garder les règles de distanciation : respectez une distance de 1 mètre avec les autres marcheuses et marcheurs. Le masque pourra être retiré durant la pratique sportive, sauf en cas d'arrêté préfectoral le rendant de nouveau obligatoire. Continuez à utiliser exclusivement votre propre matériel et ne pas l'échanger ou le prêter.

**3. Après la ballade :** En cas de signes de maladie (fièvre, toux, ...) dans la quinzaine suivant une séance, le participant doit prévenir immédiatement la Maison de Quartier qui en informera rapidement les autres participants. La personne malade et les autres participants devront respecter le protocole sanitaire s'appliquant à une potentielle contamination (en matière d'isolement et de test notamment).

Pour plus d'informations, se référer au protocole de l'activité « Marches et Randonnées » de la Maison de Quartier.



Maison de Quartier du Bois du Château  
9, rue Jules Massenet - 56100 LORIENT  
contact@mqboisduchateau.info  
02 97 37 75 31

# PROGRAMME PROMENADES

Tous Petits Pas

DU 28 SEPTEMBRE AU 30 NOVEMBRE 2021



### RENSEIGNEMENTS et INSCRIPTIONS :

à la Maison de Quartier du Bois du Château  
9, rue Jules Massenet - 02 97 37 75 31



**CONTACT :** Responsable secteur Adultes,  
Laëtitia LE CLOAREC  
llecloarec@libdc.fr





**MARDI 28 SEPTEMBRE**

**Visite des jardins familiaux  
ferme urbaine et parc du  
bois du Château**

RENDEZ-VOUS : 14H devant la MAISON de QUARTIER



**COVOITURAGE**  
Participation : 1€

**MARDI 5 OCTOBRE**

**Petite boucle du Ter**

RENDEZ-VOUS : 14H00 à la MAISON de QUARTIER  
pour départ en covoiturage



**MINIBUS**  
Participation : 2€

**MARDI 9 NOVEMBRE**

**Plage de Pen Palud (Lomener)**

RENDEZ-VOUS : 14H00 à la MAISON de QUARTIER  
pour départ en minibus



**COVOITURAGE**  
Participation : 1€

**MARDI 16 NOVEMBRE**

**Cité de la voile**

RENDEZ-VOUS : 14H00 à la MAISON de QUARTIER  
pour départ en covoiturage



**MINIBUS**  
Participation : 2€

**MARDI 12 OCTOBRE**

**Chemin de Kerpape**

RENDEZ-VOUS : 14H00 à la MAISON de QUARTIER  
pour départ en minibus



**MINIBUS**  
Participation : 2€

**MARDI 19 OCTOBRE**

**Bords du Blavet (Hennebont)**

RENDEZ-VOUS : 14H00 à la MAISON de QUARTIER  
pour départ en minibus



**MINIBUS**  
Participation : 2€

**MARDI 30 NOVEMBRE**

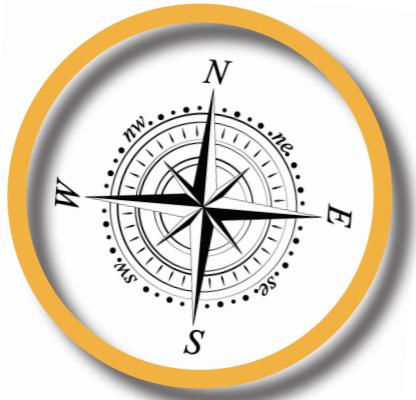
**Port d'Étel**

RENDEZ-VOUS : 14H00 à la MAISON de QUARTIER  
pour départ en minibus

**Utilisation possible du MINIBUS de la Maison de Quartier pour certaines sorties**  
(à confirmer par la Responsable du secteur Adultes).  
Nombre de places 9 personnes maxi (dont le chauffeur).

Possibilité de covoiturage : prévoir de venir avec des voitures.

Pour les déplacements en bus et bateau-bus : prévoir ses tickets aller/retour.



**RÉUNION PRÉPARATOIRE DES SORTIES  
DES «TOUS PETITS PAS»:**

**MARDI 30 NOVEMBRE de 10H00 à 12H00  
à la Maison de Quartier**

**Plans, brochures et idées sont les bienvenues !**