LE RÈGLEMENT

RANDONNÉES PÉDESTRES de la Maison de Quartier du Bois du Château :
Tous les mardis de l'année (après-midi ou journée selon la saison).
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 ou à la gare d'échanges à Lorient. Pensez à être à l'heure !
Pensez à vous munir d'un ticket de bus au cas où vous souhaitez rentrer + tôt que les grands marcheurs !
Quelques sorties plus lointaines se font en **minibus : coût 2€** environ pour le transport.
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 ou de trail 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, une bouteille d'eau et un goûter si vous le souhaitez dans un petit sac à dos.
Nous respectons le rythme de chacun.

IL EXISTE 2 GROUPES : G1 et G2
G1 parcourt environ 8 km l'après-midi soit 2H30 de marche.
G2 parcourt environ 4 Km l'après-midi soit 1H30 de marche.

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 balade, assurez-vous de :
Ne pas avoir de symptômes de la Covid-19.
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 balade : 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 balade : 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 RANDONNÉES pédestres

DU 17 MAI AU 26 JUILLET 2022

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

Morbihan
Liberté • Égalité • Fraternité
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
ALLOCATIONS FAMILIALES Caf du Morbihan
LORIENT AN ORIANT

MARDI 17 MAI G1 G2

Hennebont - Saint Caradec

RENDEZ-VOUS : Bus 14 à 13h24
à la gare d'échange

MARDI 24 MAI G1 G2

Caudan - Tro Glas

RENDEZ-VOUS :
Bus 11 à 13h17 à la gare d'échange

MARDI 28 JUIN G1 G2

Rando des Fontaines en partant du TER

RENDEZ-VOUS : Bus T4 à 13h53 à la gare d'échange. **Descendre à l'arrêt du Géant.**

MARDI 5 JUILLET G1 G2

Étang de Laënnec - les Kaolins

RENDEZ-VOUS : Bus n°50 à la gare d'échange
(horaire à confirmer avec les horaires d'été)

MARDI 31 MAI G1 G2

Guidel - Le Loc'h

RENDEZ-VOUS : Bus 10 à 13h41
à la gare d'échange

MARDI 7 JUIN

G1 **Le Pont du Verger** via Kerrousseau en direction de Pont-Scorff

G2 **Le Pont du Verger et Le tour du Golf**

RENDEZ-VOUS : Bus T4 à 13h50
à la gare d'échange ou au centre-ville de Quéven

MARDI 12 JUILLET G1 G2

Le tour du Loc'h

RENDEZ-VOUS : Bus n°50 à la gare d'échange
(horaire à confirmer avec les horaires d'été)

MARDI 26 JUILLET G1 G2

Étang de Laënnec

RENDEZ-VOUS : Bus n°50 à la gare d'échange
(horaire à confirmer avec les horaires d'été)

MARDI 14 JUIN G1 G2

Saint Guénaël - Le Pont du Bonhomme

RENDEZ-VOUS : Bus T3 à 13h43
à la gare d'échange

MARDI 21 JUIN G1 G2

Gâvres

RENDEZ-VOUS : Bus 11 à 11h09
à la gare d'échange + bateau-bus

RÉUNION PRÉPARATOIRE RANDONNÉES DE SEPTEMBRE/OCTOBRE 2022 :

LUNDI 5 SEPTEMBRE à 14H30
à la Maison de Quartier

Plans, brochures et idées sont les bienvenues !

PARCOURS GROUPE G1 + G2 : (hors sorties à la journée)
Prévoir un ticket de bus ou une solution de transport retour pour les G2 qui ne souhaiteraient pas faire l'intégralité de la randonnée.

SORTIE EN COVOITURAGE : Prévoir de venir avec des voitures.
Si + de demandes, utilisation du MINIBUS de la Maison de Quartier.
Nombre de places 9 personnes maxi (dont le chauffeur).