

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 2H 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 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'arrêt 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.

PROGRAMME PROMENADES

Tous Petits Pas

DU 3 JANVIER AU 28 FÉVRIER 2023



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



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



IMPORTANT : toutes les sorties se font sur inscription à la Maison de Quartier.



MARDI 3 JANVIER



Parc du Venzu (Kervénanec)

RENDEZ-VOUS :

Bus T1A à l'arrêt Massenet à 13h47.
Descendre à l'arrêt Alsace Lorraine puis Bus n°10
(vers Kerbernès).
Descendre à l'arrêt Village de Kervénanec.



MARDI 10 JANVIER



Guidel Plage

RENDEZ-VOUS :

Bus T1A à l'arrêt Massenet à 13h33
Descendre à l'arrêt Louis Roche puis Bus n°10
(vers Guidel Plages).
Descendre à l'arrêt Guidel Plage.



MINIBUS

MARDI 31 JANVIER



Étang du Verger à Gestel

Départ 14h devant la Maison de Quartier.

Déplacement en minibus.

Participation : 2 euros.

INSCRIPTIONS à partir du 24 janvier.



MARDI 7 FÉVRIER



Le Pont Kennedy Saint Armel

RENDEZ-VOUS : à 14h
devant la Maison de Quartier.



MINIBUS

MARDI 17 JANVIER



Kerroc'h

Départ 14h devant la Maison de Quartier.

Déplacement en minibus.

Participation : 2 euros.

INSCRIPTIONS à partir du 10 janvier.



MARDI 24 JANVIER



Le Péristyle

RENDEZ-VOUS :

14h devant la Maison de Quartier.
Prendre le T1A et descendre à l'arrêt du Faouedic.



MINIBUS

MARDI 28 FÉVRIER



Carnac

Départ à 14h devant la Maison de Quartier.

Déplacement en minibus.

Participation : 2 euros.

INSCRIPTIONS à partir du 7 février.

Utilisation du MINIBUS de la Maison de Quartier pour certaines sorties
(sur inscription auprès de 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 PETTS PAS»:**

MARDI 28 FÉVRIER à 10H à la Maison de Quartier
Plans, brochures et idées sont les bienvenues !

