

# 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 16 MAI AU 4 JUILLET 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 16 MAI**



### Parc Chevassu

Bus TA1 à l'arrêt Massenet à 14h05.  
Prendre Bus 10 à 14h35 à la gare d'échange.  
Descendre à l'arrêt Chevassu.



Prévoir son pique-nique

**MARDI 23 MAI**



### Port-Louis et le Château de Kerdurant

Bus T1A à l'arrêt Massenet à 10h26. Descendre à la gare d'échange. Prendre le Bus 11 (vers le port de pêche). Descendre à l'arrêt Port de Pêche et prendre le bateau bus à 11h.



MINIBUS

Prévoir son pique-nique

participation : 2€

**MARDI 13 JUIN**



### Port de Doëlan

Pique-nique à la plage de Kerfany Les Pins

RENDEZ-VOUS :  
à 10h devant la Maison de Quartier.  
Sur inscriptions à partir du mardi 6 juin  
(dans la limite des places disponibles)



**MARDI 20 JUIN**



### L'Étang du TER à Ploemeur

Bus TA1 à 13h47 à l'arrêt Massenet.  
Descendre à la gare d'échange. Prendre Bus T3  
(vers les pins). Descendre à l'arrêt Saint Mathurin.



**MARDI 30 MAI**



### Kerpape Plage

Bus TA1 (vers Kerguillette) à 13h30  
à l'arrêt Massenet.  
Descendre à la gare d'échange. Prendre le Bus T4  
(vers Pen Palud). Descendre à l'arrêt Kerpape.



**MARDI 6 JUIN**



### Parc du Venzu à Kervénanec

Bus TA1 à 14h09 à l'arrêt Massenet.  
Descendre à la gare d'échange.  
Prendre le bus T2 et descendre à l'arrêt  
Kervénanec.



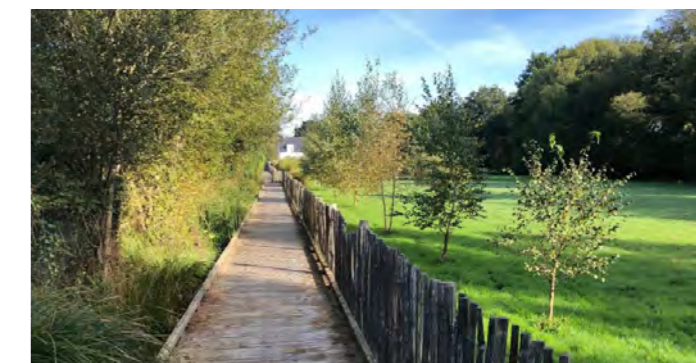
Prévoir son pique-nique

**MARDI 27 JUIN**



### Pont-Scorff

Bus T1b à l'arrêt Massenet (vers Kerguillette) à 10h24. Descendre à l'arrêt Kerguillette. Prendre le Bus T4 à l'arrêt Grenouillère. Descendre à l'arrêt Ville de Toulouse à Quéven. Prendre Bus 36 et descendre à l'arrêt Terres de Nataé-Pont Scorff.



**MARDI 4 JUILLET**



### Parc de Kerfichant

Bus de ville - horaires d'été  
Renseignements auprès de la Maison de Quartier

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.

