

# Les sorties du vendredi



janvier > octobre  
2022

De 6 à 9 Km

RDV à **13h10** à la Maison de Quartier.  
Déplacements en minibus et covoiturage.  
Prévoir de bonnes chaussures de rando.

**Pass Covid et masque obligatoire**

3 € + adhésion

- 7 janv.** Etang et chapelle Ti Mamm Doué **8km** moyen (Paul)
- 14 janv.** La boucle des corniches, Bénodet **8km** facile (Philippe)
- 21 janv.** Tréboul, Les Sables Blancs **7km** moyen (Monique, Evelyne)
- 28 janv.** Chemin du Halage, le Dourdy **8km** moyen (Patrick)
- 04 fév.** Cap Coz - la Forêt Fouesnant **7 km** facile (Philippe)
- 25 fév.** Le Polder de Moustierlin **9km** facile (Philippe)
- 04 mars** Le circuit de St Pierre, Plogonnec **7km** moyen (Patrick, Paul)
- 11 mars** La balade de Port Manec'h **9km** moyen (Jacqueline)
- 18 mars** De la Torche à Tronoën **8,5km** facile (Paul, Georges, Roseline)
- 25 mars** Rosporden, circuit de Locjean **9km** moyen (Jacqueline)
- 1er avril** De Eckmül à St Guénolé Penmarch **8km** facile (Paul, Georges)
- 08 avril** Ile Tudy **7km** facile (Patrick, Monique)

## Consignes sanitaires

- Pass sanitaire complet obligatoire ou test PRC de moins de 24 heures.
- Port du masque obligatoire dans les minibus.
- Gel hydroalcoolique dans les minibus pour se désinfecter les mains avant et après les trajets (désinfection des minibus après les randos s'ils sont utilisés dans les 24h suivantes).

*S'il y a plusieurs groupes, veillez à vous espacer de 200m minimum.*

## Renseignements :

02 98 55 79 79

moulin.vert@yahoo.fr

Pour les randos du vendredi :

Patrick : 06 83 57 40 30

Monique : 06 40 39 98 63

*Bonnes balades à tous !*

# Les randos du dimanche

De 10 à 15 km

Déplacements en fourgons et covoiturage.  
Prévoir de bonnes chaussures de rando et pique-nique

**Pass Covid et masque obligatoire**

3 € + adhésion

Départ à **13h** de la Maison de Quartier

- 9 janv.** La Rivière de Pont l'Abbé
- 23 janv.** Pouldreuzic **11 km**
- 6 fév.** De Brigneau à l'île percée **11 km**
- 27 fév.** Beuzec Cap Sizun – Circuit des Korrigans **9 km**
- 13 mars** Loctudy – Laë ar Barrez **11 km**
- 27 mars** Gouesnac'h – St. Cadou **12 km**
- 10 avril** Riec Sur Belon – Circuit de Parc Ar Hoat

Départ à **10h** de la Maison de Quartier

- 1er mai** Le tour d'Esquibien **12 km**
- 15 mai** Trégunc – Point de la Jument
- 5 juin** Le Faouët – Ste Barbe **11 km**
- 12 juin** Crozon – Boucle de la Pointe de Dinan **14,5 km**
- 3 juillet** Ménéham
- 10 juillet** Telgruc Sur Mer - La Pointe du Guern **14 km**
- 18 sept.** Pointe du Guern **18 km**
- 2 oct.** Laz – Les crêtes
- 16 oct.** Concarneau – Moulin à marée du Minaouët **13 km**

