

## PROGRAMME N° 230 \* Activités et randonnées de JUIN 2020

Règlement de l'association: RANDO-DOUSTRE accepte la participation des randonneurs "inopinés" et sans licence dans la limite de trois participations maximum. Au-delà de cette période "d'essai", l'adhésion et la licence seront proposées à ces personnes.

DATE	LIEU / RENDEZ-VOUS	Difficulté	ANIMATEUR/ORGANISATEUR
MERCREDI 3 juin 2020	<b>BALADES NATURE - SAINT-PAUL</b> RDV: 13h30 salle des fêtes	* * 8 km env.	Michel 06 01 99 38 27 Bernard 06 86 44 76 78
SAMEDI 6 juin 2020	<b>GOULLES</b> " Sur les traces de Merlin l'enchanteur" pic-nic dans le sac à dos RDV: 10h00 Parking Gouilles	* * * 15 km env.	Murielle 07 86 63 43 06 Julien 06 79 34 88 66
MERCREDI 10 juin 2020	<b>RANDO DOUCE à SAINT-BONNET-AVALOUZE</b> RDV: 13h30 place de l'église	* * 8 / 10 km	Anne-Marie 06 87 87 93 27
DIMANCHE 14 juin 2020	<b>MARCILLAC LA CROISILLE</b> "Les Agaries" pic-nic dans le sac à dos RDV: 10h00 Parking iste du busatier (Nougein)	* * * 10 / 15 km	Anne-Marie 06 87 87 93 27 Julien 06 79 34 88 66
MERCREDI 17 juin 2020	<b>RANDO DOUCE à GIMEL LES CASCADES</b> RDV: 13h30 parking à l'entrée du bourg	* * 8 / 10 km	Anne-Marie 06 87 87 93 27
SAMEDI 21 juin 2020	<b>ALBUSSAC "Cascades de Murel"</b> RDV: 09h00 Place de l'église	* * * 9 km env.	Julien 06 79 34 88 66 Michel 06 01 99 38 27
MERCREDI 24 juin 2020	<b>BALADES NATURE - ESPAGNAC</b> RDV: 13h30 salle des fêtes	* * 8 km env.	Michel 06 01 99 38 27 Bernard 06 86 44 76 78
<i>Réunion du Comité Directeur après la balade à la maison des services D'Espagnac de 17h30 à 19h30 (Selon règles de déconfinement applicables la réunion pourrait se tenir à la salles des fêtes)</i>			
DIMANCHE 28 juin 2020	<b>AUTOIRE (Lot)</b> RDV: 09h00 parking d'AUTOIRE <u>Pique-nique dans le sac</u>	* * * 17 km	Michel 06 01 99 38 27 Julien 06 79 34 88 66

\*: Très facile    \*\*: Facile    \*\*\*: moyen    \*\*\*\*: difficile

En cas de mauvaise météo, une randonnée peut être supprimée  
ou modifiée. Appeler les contacts en cas de doute...

**ATTENTION: Information déconfinement page suivante**

**Programme randonnées du mois de juin 2020**  
**Plan de déconfinement de la FFRandonnée**  
**Du 02 au 22 juin 2020**

**Les conditions de la pratique s'assouplissent**

La FFRandonnée propose à l'ensemble de son réseau de comités, clubs, dirigeants, baliseurs, pratiquants des activités de marche licenciés ou non... Des règles et des recommandations de reprise de leurs activités de manière raisonnée responsable **pour la période du 2 au 22 juin 2020.**

Dans le respect d'une distanciation physique spécifique entre les pratiquants qui dépendra de la vitesse de marche de randonnée et du risque de contamination par position et gouttelettes de transpiration.

Ainsi des marcheurs évoluant à la vitesse classique de 4 km/h veilleront à garder un espacement d'au moins 2 mètres

\*\*\* Sans limitation de distance du domicile.

\*\*\* En limitant les rassemblements à 10 personnes maximum.

\*\*\* Port du masque conseillé avant et après la sortie. **Fortement déconseillé pendant l'activité.**

**Les inscriptions sont obligatoires auprès des animateurs/organisateur**