

2025/2026			



PROGRAMME DES ACTIVITES PROPOS

JOUR	Horaire et lieu rendez vous	DISCIPLINE	TYPE ACTIVITE
LUNDI MATIN	09 H 00 FORET MONTECH - Parking grand rond	MARCHE NORDIQUE	Séance 2 H 12 kms MAXI Forêt de Montech + perfectionnement + ACCOMPAGNEMENT DEBUTANTS
LUNDI APRES MIDI	13 H MEDIATHEQUE	RANDO CONVIVIALE	Marche de 10 à 14 kms à Montech avec sorties extérieures 1 fois sur 2 - covoiturage
MARDI APRES MIDI	13H MEDIATHEQUE (horaire d'été jusqu'à début sept 8h00)	RANDO DOUCE	Marche de 6 à 10 kms autour de Montech - sorties extérieures 1 fois sur 2 dont une sortie mensuelle à la journée pique nique ou restaurant-covoiturage
JEUDI	7 H 30 MEDIATHEQUE (horaire d'été jusqu'à début sept 7h)	2 niveaux de RANDOS JEUDI 1 JEUDI 2	Parcours 1 de 15 à 20 kms dénivelé moyen Parcours 2 de 20 à 30 kms dénivelé moyen à fort covoiturage
VENDREDI	13H MEDIATHEQUE (horaire d'été jusqu'à début sept 8h00)	RANDO PROMENADE	Balade canal et autour de Montech MAXI 8 KMS

Les horaires peuvent changer en fonction de la saison

Le club propose également des séjours rando

IMPORTANT

Les informations relatives à la vie du club ainsi que les randonnées extérieures à Montech des l'objet d'un planning trimestriel consultable sur le site :

www.randonnee-montech.clubeo.com

Pour faciliter nos échanges et communiquer plus rapidement,

adresse mail : lespoumpilsmontechois82@gmail.com

EES

RESPONSABLE

PIERRE 06 67 38 41 61 DIDIER 06 13 97 05 83
--

MICHEL 06 89 17 79 39 DANIEL 06 87 52 20 11
--

YANNICK 06 40 17 17 44 MARTINE 06 84 54 16 64
--

MAITE 06 77 11 80 56 HERMINE 07 49 82 18 36 DIDIER 06 13 97 05 83 J- MICHEL 06 67 83 99 34

MARTINE 06 84 54 16 64 YANNICK 06 40 17 17 44
--

--

--

--

lundis, mardis et jeudis font
