

Date	Heures – Lieux de départ	Organisation	Circuit – Km - Observations
OCTOBRE 2018			
Mardi 02/10	13H45 – Argentré – Parking derrière Mairie 14H30 – Daon – Parking du camping	US Argentré Randonnée Pédestre J.M. Dupuis - 06.18.25.45.44	13 km –
Mercredi 03/10	13H30 – Ste Suzanne – Parking Croix couverte 14H00 – Houssay – Pont de la Valette	Francs Tireurs Suzannais – Ste Suzanne D. Lefeuvre – 02.43.01.41.91	10 km –
	13H00 – L'Huisserie – Park. Salle des fêtes – Rue Beausoleil 14H00 – Torcé – Eglise	UDAL FFRP L'Huisserie J. Lenain – 06.26.18.34.75	11 km - Co-voiturage : 3,60 €
Jeudi 04/10	13H30 – Château Gontier – Quai d'Alsace 14H00 – La Chapelle Craonnaise – Plan d'eau	Mil'Pat' – Château-Gontier M. Aligon – 02.43.70.00.92	11,5 Km –
	13H30 – St Pierre des Nids – Place Poôtée 13H45 – La Roche Mabile (61) – Eglise	Rando Poôtéenne – St Pierre des Nids R. Cotard – 02.43.08.35.75	9 km –
Vendredi 05/10	14H00 – Montsurs – Complexe sportif	Association Tourisme & Patrimoine Pays de Montsurs François : 06.84.81.18.65	7,5 km à Trans
Dimanche 07/10	8H30 – Bonchamp – Eglise Inscription recommandée (pour prévoir les voitures)	F.R. Bonchamp – A. Degrenelle 02.43.90.30.05	16 km – Melle-Monthault (Louvigné du Désert) – Pique-nique dans sac à dos – Co-voiturage : 8 €
	13H30 – Grez-en-Bouère – Mairie 14H00 – Parné sur Roc – Salle des fêtes	Les Baladins du Moulin – Grez-en-Bouère M.C. Pichot – 06.74.51.60.23	14 km
	8H00 – Laval – Mairie pour covoiturage (participation : 11,30 €)	Laval Randonnées Pédestres D. Leroux – 06.68.44.23.14	Redon – Renac (35) – Env. 20 km
	13H30 – Louvigné – Eglise 14H00 – Saulges – Eglise	C. Animation Louvigné – Randonnée Pédestre D. Houdayer 02.43.37.36.95	10 km –
	9H30 – Le Ham – Eglise	Actions Culturelles & Touristiques – Villaines la Juhel S. Duval - 06.81.03.17.94	23 km – pic-nique dans sac à dos
	13H30 – St Berthevin – Park Portes de Coupeau 14H00 – St Germain le Fouilloux – Eglise	AFLEC – St Berthevin P. Siloret – 06.77.50.31.60	12 km env. –
	13H15 – Renazé – Place du Fresne 14H00 – Angrie (49) – Salle St Pierre	Randonneurs du Chéran – Renazé D. Gastineau – 06.69.35.21.56	12 km
	13H30 – Changé – Mairie 14H00 – St Germain le Fouilloux – Mairie	US Changé randonnée Pédestre J.P. Montalant – 02.43.56.62.02	9 km - Circuit de la Morinière
Jeudi 11/10	8H30 – Château-Gontier – Quai d'Alsace 9H00 – Le Lion d'Angers (49) – Parking de l'Isle Briand	Mil'Pat' – Château-Gontier J. Donné – 02.43.70.02.32	10km+6 km (parcours du mondial du cross) – Prévoir pique-nique
Samedi 13/10	13h30 – St Pierre des Nids – Place Poôtée 13H45 – Hardanges – Eglise	Rando Poôtéenne - St Pierre des Nids – R. Cotard 02.43.08.35.75	10 km – Les Buttes
Dimanche 14/10	13H15 – Entrammes – Park. Moulin la Roche	Inter-Amnès – Entrammes B. Bourdin - 02.43.66.19.93	5 ou 10 km à St Ouen des Toits – sentier des Gabeloux
	9H00 – Craon – Place du Murier 9H20 – Courbeville – Parking cimetière	Tourisme en Pays de Craon P. Thézé – 02.43.06.07.38	8 Kms env. (circuit de Courbeville)
	13H30 – Ahuillé – Salle des Lavandières 14H15 – St Céneré – Eglise	Alerte Randonnée Pédestre – AHUILLE M.C. Landelle – 06.31.92.06.97	13 km (La route des Moulins)
	9H30 & 14H00 – St Hilaire du Maine (fête de la randonnée)	Ernée Randonnée Pédestre – G. Datin - 02.43.05.12.42	Matin : 10 km – A.M. : 8 km Pique-nique salle des fêtes (12h00)
	10H45 – Gorron – Eglise 11H00 – Brecé – Eglise	Randonneurs de la Colmont – Gorron A. Cousin – 06.87.23.31.74 CDRP 53 – 02.43.53.12.91	14 km – (Patrimoine sur circuit) Barbecue sur réservation (3 €) Dolmen du Vieux Soul Couverts et pain dans sac à dos non licencié : 2€
	10H00 – Parking du bois de l'Huisserie 14H00 – Départ rando – Bâtiment E	ASPTT - laval – E. & P. Guédon : 06.88.95.04.33	Matin cueillette champignons & Châtaignes – A.Midi : rando (8 km)
	14H00 – Loupfougères – Eglise	La Sentine – Pré en Pail – S. Belliot – 09.67.28.60.26	12 km – «Le loup dans les fougères»
	14H00 – Torcé-Viviers en Charnie – Eglise	Charnie Rando – Blandouet – J.C. Dorizon – 0607579878	11 km circuit vers Roisnon
Mardi 16/10	13H30 – Laval – Mairie 14H00 – Bazougers – Eglise	Laval Randonnées Pédestres C. Meunier – 06.74.05.99.15	11 km env. – Co-voiturage : 2,15 €
	9H00 – Changé – Eglise (marche nordique 5km) 9H45 – Laval – Square de Boston	US Changé Randonnées Pédestre Y. Cabot – 02.43.49.32.95	5 km – rando centre ville Laval depuis Square Boston – (Octobre rose)
Mardi 17/10	14H00 – Torcé-Viviers en Charnie – Eglise	Charnie Rando – Blandouet – J.C. Dorizon – 0607579878	11 km circuit vers Roisnon
Mercredi 17/10	13H30 – Ste Suzanne – Parking Croix couverte 14H00 – Ballée – Eglise	Francs Tireurs Suzannais – Ste Suzanne D. Lefeuvre – 02.43.01.41.91	11 km –
	13H15 – L'Huisserie – Parking salle des fêtes – Rue Beausoleil 14H00 – La Chapelle Erbrée (35) – Mairie	UDAL FFRP L'Huisserie – M. Bodin – 07.82.00.26.88	10 km - Haute Vilaine et étang de Bourgon (covoiturage : 3,00 €)
	13H30 – Château-Gontier – Quai d'Alsace 14H00 – Chazé-Henry (49) – Eglise	Mil'Pat' – Château-Gontier J. Donné – 02.43.70.02.32	12 km
	13H30 – St Berthevin – Park Portes de Coupeau 14H00 – St Germain le fouilloux – Eglise	AFLEC – St Berthevin P. Siloret – 06.77.50.31.60	12 km env.

Date	Heures – Lieux de départ	Organisation	Circuit – Km – Observations
Vendredi 19/10	14H00 – Montsurs – Complexe sportif	Association Tourisme & Patrimoine Pays de Montsurs François : 06.84.81.18.65	10 km à La Chapelle au Grain
Samedi 20/10	20H00 – La Pallu (Fête de la citrouille)	La Sentine – Pré en Pail D. Le Jan – 02.43.03.81.71 - CDRP53 – 02.43.53.12.91	4 km – Rando nocturne contée – Feu de camp & saynètes- Participation aux frais : 1 €
Dimanch 21/10	13H15 – Bourgneuf la Forêt – Place Tannerie 13H00 – Laval – Parking du viaduc 14H00 – La Dorée – Eglise	Randonneurs Landes Mayennaises – Le Bourgneuf M. Rose – 06.85.17.91.22	11,5 km (circuit de Valandré)
	13h45 – Argentré – Parking derrière mairie	U.S. Argentré Randonnée Pédestre J.M. Dupuis – 06.18.25.45.44	10 km (circuit sur Louvigné)
	13H30 – Laval – Mairie 14H00 – Villiers Charlemagne – Eglise	Laval Randonnées Pédestres M. Orrière – 06.32.91.17.15	12,5 km environ Covoiturage : 2,50 €
	8H00 – Renazé – Place du Fresne 10h15 – Chahaignes (72) - Eglise	Les Randonneurs du Chéran – Renazé B. Serru – 06.66.08.20.84	Env. 18 km (rando vignes) – Pique- nique qui reste dans la voiture
	14H00 – Courcité – Eglise	Actions culturelles & Touristiques- Villaines la Juhel – S. Duval - 06.81.03.17.94 – CDRP 53 : 02.43.53.12.91	15 km - rando commentée et pauses lectures
	13H30 – St Berthevin-Park.Portes de Coupeau 14H00 – Montigné le brillant – Eglise	AFLEC – St Berthevin N. Toquet – 06.32.57.99.46	8 km
	13H15 – Pontmain – Place Haute de la Mairie 14h00 – Ger (50) – Eglise	Randonneurs du Bocage 53 – Pontmain C. Templier – 02.43.05.91.43	8 ou 12 km (circuit de l'Egrenne)
Samedi 27/10	19h45 – Le Genest St Isle – Parc du Plessis	Les Godillots du Plessis – Le Genest St Isle M.F. Roguet – 06.17.97.14.65 - CDRP 53 – 02.43.53.12.91	6 Km – rando citrouille – inscription obligatoire (gratuit)
Dimanch 28/10	9H00 – Craon – Place du Murier	Tourisme en Pays de Craon – A. Blanchet – 02.43.06.39.66- 02.43.06.07.38	Circuit « Craon Est » à Craon (env. 8 Kms)
	14H00 – Ravigny-Champfrémont – Eglise	La Sentine – Pré-en-Pail – J.C.Favreau - 02.33.31.75.77	11 km – boucle GR 22c – Champfrémont – Retour à Ravigny
Mercredi 31/10	13H15 – Ste Suzanne – Parking Croix couverte 14H00 – Trans – Eglise	Francs Tireurs Suzannais D. Lefeuvre – 02.43.01.41.91	10 km –

NOVEMBRE 2018

Vendredi 02/11	14H00 – Montsurs – Complexe sportif	Association Tourisme & Patrimoine Pays de Montsurs François : 06.84.81.18.65	8 km à Brée
Dimanch 04/11	14H00 – Changé – Parking Mairie (avec Association Donneurs sang bénévoles)	US Changé Randonnée Pédestre C. Teillet – 02.43.49.32.85	10 km- Circuit changéen,
	13H15 – Renazé – Place du Fresne 14H00 – La Jaille Yvon (49) – Eglise	Randonneurs du Chéran – C. Marsollier - 06.82.77.92.82	Env. 12 km
	13H30 – Louvigné – Eglise 14H00 – Martigné – Complexe sportif – Rte de Montsurs	C. Animation Louvigné – Randonnée pédestre D. Houdayer 02.43.37.36.95	11 km
	13H30 – St Berthevin – Park Portes de Coupeau 14H00 – Quelaines - Eglise	AFLEC – St Berthevin J.M. Brault – 06.34.98.76.99	10 km environ
	13H00 – Laval - Mairie 13H45 – Brielles(35) – Plan d'eau Val Fleuri	Laval Randonnées Pédestres F. Heulot – 06.69.02.29.62	11 km env. Co-voiturage : 3,50 €
	13h30 – Bonchamp – Eglise	F.R. Bonchamp – A. Degrenelle 02.43.90.30.05	11 km à Chérencé Co-voiturage : 5 €
	14H00 – Izé - Eglise	Charnie Rando – Blandouet - J.C. Dorizon – 0607579878	8 km – Circuit du Bois d'Izé
	13H30 – Grez-en-Bouère – Mairie 14H00 – Entrammes – Eglise	Rando du Pays Meslay-Grez (Baladins du Moulin) M.C. Pichot – 06.74.51.60.23	12 km
	13H30 – Ernée – Mairie 14H00 – Gorrion – Eglise	Ernée Randonnée Pédestre G. Touchefeu – 02.43.05.82.81	10 km – « Autour de Gorrion »
	14H00 – Villepail – Eglise	Actions culturelles & touristiques - Villaines la Juhel S. Duval - 06.81.03.17.94 -	13 km
Mardi 06/11	13H30 – Argentré – Parking derrière Mairie 13H50 – Montflours – Eglise	US Argentré Randonnée Pédestre G.Maline – 06.07.29.50.88	10 km
	14H00 – Izé - Eglise	Charnie Rando – Blandouet - J.C. Dorizon – 0607579878	8 km – Circuit du Bois d'Izé
Mercredi 07/11	13H30 – Château-Gontier – Quai d'Alsace 13H45 – Coudray – Parking de l'école – Rue du bac de Ménéil	Mil'Pat' – Château-Gontier J. P. & M.J. Bonsergent – 02.43.06.94.38.	11 km
	13H15 – L'Huisserie – Parking salle des fêtes 14H00 – Argentré du Plessis (35) – Château des Rochers	UDAL – FFRP L'Huisserie G. & C. Millet – 06.02.36.08.49	12 km – covoiturage : 2,70 €
Jeudi 08/11	13H30 – St Pierre des Nids – Place Poôtée 13H45 – La Ferrière Bochard (61) - Eglise	Rando Poôtéenne - St Pierre des Nids R. Cotard – 02.43.08.35.75	7 km –
Dimanch 11/11	13H15 – Changé – Mairie 14H00 – Brielles (35) Parking du plan d'eau	US Changé Randonnée Pédestre J.P. Rocher – 02.43.68.83.03	10 km – Circuit de Brielles
	13H45 – Ahuillé – Salle des Lavandières 14H00 – Le Pertre – St Cyr – Eglise de St Cyr	Alerte Randonnée Pédestre – Ahuillé D. Barbot – 06.01.18.26.11	10 km –
	8H00 – Laval Mairie pour co-voiturage (10,60 €)	Laval Randonnées Pédestres D. Leroux – 06.68.44.23.14	20 km env en linéaire – Renac « La Hilais » - Renac « Chapelle de Gavrain (35)

Date	Heures – Lieux de départ	Organisation	Circuit – Km – Observations
Mercredi 14/11	13H30–St Berthevin–Park Portes de Coupeau 14H00 – Quelaines- Eglise	AFLEC – St Berthevin J.M.Brault – 06.34.98.76.99	10 km environ
Vendredi 16/11	14H00 – Montsurs – Complexe sportif	Association Tourisme & Patrimoine Pays de Montsurs François : 06.84.81.18.65	7,5 km à St Jean sur Mayenne
Samedi 17/11	13H30 – St Pierre des Nids – Place Poôtée 13H45 – Lignièrès Orgères – Eglise	Rando Poôtéenne - St Pierre des Nids – R. Cotard 02.43.08.35.75	9 km – « Les Roches »
Dimanche 18/11	14H00 – Loupfougères – Parking face au Cimetière	Actions culturelles & touristiques – Villaines-la-Juhel S. Duval – 06.81.03.17.94	12 km
	13H30 – Château-Gontier – Quai d'Alsace 13H45 – Chemazé – Place Léo Lelée	Mil'Pat' Château-Gontier M. Dupont – 02.43.70.46.22	10 km
	13H15 – Entrammes –Park. Moulin de Roche	Inter-Amnès–Entrammes – M.F. & Ph. Hocdé - 02.43.98.30.23	11 Km sur Meslay du Maine
	10H00 – St Germain le Fouilloux - Eglise	ASPTT – LAVAL – E. & P. Guédon - 0688950433	8 km–Licencié:1 € -non licencié 2 €
	14H00 – St Ouen le Brisoult (61) - Eglise	La Sentine – Pré-en-Pail – D. Le Jan 02.43.03.81.71	10 km en linéaire, St Antoine – Gorges de Villiers
	13H30 – St Berthevin-Park.Portes de Coupeau 14H00 – Changé– Parking du Port	AFLEC St berthevin – A. Grosbois - 06.26.62.75.86	8 Km
	13H00 – Laval – Mairie 13H30 – La Croixille - Eglise	Laval Randonnées Pédestres A. Pion – 06.85.80.19.39	10,5 km environ Co-voiturage : 3,35 €
	13H30 – Argentré – Parking derrière Mairie 13H50 – Martigné – Eglise	US Argentré Randonnée Pédestre C. Grudé – 06.77.34.71.10	11 km –
Mercredi 21/11	13H30 – Château-Gontier – Quai d'Alsace 13H45– Fromentières – Eglise	Mil'Pat' – Château-Gontier – J. Veillon – 02.43.07.93.22	11 km –
	13H30 – L'Huisserie – Parking salle des fêtes- Rue Beausoleil 14H00 – Cuillé - Eglise	UDAL – FFRP L'Huisserie R. & G. Landais – 06.77.62.05.54	10 km – Co-voiturage : 2,50 €
	13H15 – Le Genest St Isle – Parc du Plessis 14H00 – Montsurs – Monument aux Morts	Les Godillots du Plessis – Le Genest O. & R. Avril – 02.43.02.64.28	10,5 km - 1 € non licencié – Covoiturage : 3,95 €
Dimanche 25/11	13H45 – Gorrion – Eglise 14H00 – Colombiers du Plessis – Jardin des Renaudies	Randonneurs de la Colmont – Gorrion G. Letourneur - 07.85.89.65.38	11 km (circuit des Renaudies : grande boucle) Non licencié : 2 €
	13H30 – Pontmain – Place Haute de la Mairie 14H00 – La Chapelle au Grain – Eglise	Randonneurs du Bocage 53 – Pontmain Y. Aubert – 02.43.08.07.50	« Circuit de la Chapelle du Hec » - 8 km ou 10 km (au choix)
	9H00 – Craon – Place du Murier 9H15 – La Selle Craonnaise – Salle de l'Orion	Tourisme en Pays de Craon M. C. Boitoux – 02.43.06.39.66 – 02.43.06.07.38	Env. 8 kms
	13H15 – Le Bourgneuf Place Tannerie 13H00 – Laval – Parking du viaduc 14H00 – Colombiers du Plessis – Jardin des Renaudies	Randonneurs Landes Mayennaises – Le Bourgneuf M. Rose – 06.85.17.91.22	11 km –
	13H40 – L'Huisserie – Parking salle des fêtes- rue Beausoleil 14H00 – Changé – Parking Décathlon	UDAL– FFRP L'Huisserie – M. & S. Barais – 06.83.29.70.19	10 km – (covoiturage : 0,85 €)

DECEMBRE 2018

Dimanche 02/12	13H30 – Bonchamp – Eglise	F.R. Bonchamp – A. Degrenelle – 02.43.90.30.05	Athée 13 km +village illuminé co-voiturage : 3,50€
	14H00 – Juvigné - Eglise	ASPTT – LAVAL S. & J.J. Quemener – 06.12.99.84.05	8 km – Non licenciés : 2 € Licenciés FFRP : 1 €
	13H30 – St Thomas de Courceriers – Eglise	Action Culturelle & Touristique de Villaines la Juhel S. Duval – 06.81.03.17.94	10 km
	14H00 – Ruillé en Champagne (72) - Eglise	Charnie Rando–Blandouet-J.C.Dorizon– 0607579878	9 km (Circuit vert de Ruillé/Bernay)
	14h00 –St Berthevin – Espace Bernard Le Godais	AFLEC – St Berthevin F. Halouse – 06.79.30.29.11	8 km au profit du téléthon
	13H15 – Laval – Mairie 13H30 – Argentré – Parking salle de l'Escape (près du plan d'eau)	Laval Randonnées Pédestres F. Coignard– 07.82.77.55.58	9,5 Km environ Covoiturage : 1,45 €
	13H40 – Renazé – Place du Fresne 14H00 – Craon – Place du Murier	Randonneurs du Chéran – Renazé B. Serru – 06.66.08.20.84	12 km environ
	13h30 – Ernée – Mairie 14h00– St Berthevin – Parking Castor Leclerc	Ernée Randonnée Pédestre G. Datin – 02.43.05.12.42	8 km – circuit « Le Bourny à Laval »
Mardi 04/12	13H30 – Argentré – Parking derrière Mairie 13H45– Parné-sur-Roc – Parking cimetière	U.S. Argentré Randonnée Pédestre J.P. Terrier – 07.87.01.93.59	11 km
	14H00 – Ruillé en Champagne (72) - Eglise	Charnie Rando–Blandouet-J.C.Dorizon– 0607579878	9 km (Circuit vert de Ruillé/Bernay)

Date	Heures – Lieux de départ	Organisation	Circuit – Km - Observations
Mercredi 05/12	13H30 – Château-Gontier – Quai d'Alsace 13H45 – Denazé - Eglise	Mil'Pat' Château-Gontier – J. & M. Legendre – 02.43.70.04.12	10 Km
	13H45 – L'Huisserie – Parking salle des fêtes –rue Beausoleil	UDAL – FFRP L'Huisserie J.M. & M. Sabin – 06.01.93.65.67	10 km – (covoiturage : 0,60 €)
	14H00 – St Berthevin – Ancien parking Parc des expositions, vers la Rousselière		
Jeu 06/12	13H30– St Pierre des Nids – Place Poôtée	Rando Poôtéenne - St Pierre des Nids – R. Cotard – 02.43.08.35.75	5 km – « Montaigu »
Dimanch 09/12	14H30 – Fougères (35) – Porte St Hilaire du château (place Pierre Symon)	C.Animation Louvigné D. Houdayer–02.43.37.36.95	9 km–La ville de Fougères et ses illuminations
	13H30 – Changé – Mairie	US Changé Randonnée Pédestre	9,5 km – La vallée de la Jouanne
	14H00 – Montsurs – parking plan d'eau	M. Defay -02.43.56.72.17	
	9H00 – Craon – Place du Murier	Tourisme en Pays de Craon - J. Hallopeaux – 02.43.06.39.66 – 02.43.06.07.38	Env. 8 Kms à Craon (château + ville)
	10H00 – Pré-en-Pail 14H00 – Pré-en-Pail – parking salle des sports près de la piscine	La Sentine – Pré-en-Pail – D. Le Jan - 02.43.03.81.71 (en partenariat avec la MDA)	marché de Noël matin A.Midi : Boucle de Mévitte : 8 km
8H00 – Laval Mairie pour co-voiturage (9,00 €)	Laval Randonnées Pédestres D. Leroux – 02.43.37.63.81 – 06.68.44.23.14	21 km env. en linéaire : Renac « La Chapelle de Gavrain » – Guipry (35)	
Mercredi 12/12	13H30–St Berthevin –Park Portes de Coupeau 14H00– Argentré – parking derrière la Mairie	AFLEC – St Berthevin A. Grosbois – 06.26.62.75.86	9,5 km
Samedi 15/12	17H30 – Laval – Square Maréchal Foch (derrière la Place du jet d'eau)	CDRP 53 – 02.43.53.12.91 – Dans le cadre des Illuminations de la Ville	Balade aux lampions de 5 km– Boissons chaudes à l'arrivée–Vente de lampions 1,00€
	St Pierre des Nids – Place Poôtée	Rando Poôtéenne - St Pierre des Nids R. Cotard – 02.43.08.35.75	rando lumières
Dimanch 16/12	13H30–St Berthevin-Park.Portes de Coupeau 14H00 – Argentré – Parking derrière la mairie	AFLEC – St Berthevin – A. Grosbois – 06.26.62.75.86	9,5 Km
	13H30 – Château-Gontier – Quai d'Alsace 13H45 – Azé - Mairie	Mil'Pat'–Château-Gontier – T. Madiot - 02.53.68.54.73	10 Km
	14H00 – Le Bourgneuf - Place Tannerie 14H30– Laval – Parking du Viaduc	Randonneurs Landes Mayennaises – Le Bourgneuf M. Rose – 06.85.17.91.22	8 km –
	13H00 – Laval – mairie 13H30 – Montsurs – Monument aux morts	Laval Randonnées Pédestres S. Salaun – 06.20.60.89.41	11 km environ Co-voiturage : 2,60 €
	13H30 – Pontmain – Place Haute de la Mairie 14H00–Fougères (35)–Parking du Nançon	Randonneurs du Bocage 53 – Pontmain G. Pilorge – 02.43.05.40.51	Circuit de Noël
	13H30 – Argentré – Parking derrière Mairie 13H50 – St Berthevin– Place de l'Europe	US Argentré Randonnée Pédestre M. Versabeau – 07.82.52.61.70	11 km - « La ville en campagne »
	13H30 – Le Genest St Isle – Parc du Plessis 14H00– St Hilaire du Maine– Eglise	Les Godillots du Plessis – Le Genest St Isle N. Bréhault – 06.33.36.84.71 -	7 km – 1 € non licencié Co-voiturage : 2,50 €
	13H30 – Château-Gontier – Quai d'Alsace	Mil'Pat' – château-Gontier T. Madiot – 02.53.68.54.73	10 km
Mercredi 19/12	13H10–L'Huisserie– Parking salle des fêtes – 14H00 – Vitré (35) – Parking sud de la Gare	UDAL– FFRP L'Huisserie— M. & S. Barais – 06.83.29.70.19	9,5 km – circuit semi urbain (covoiturage : 3,40 €)
Samedi 22/12	17H30 – Laval – Square Maréchal Foch (derrière la place du jet d'eau)	CDRP 53 – 02.43.53.12.91 – Dans le cadre du marché de Noël et des Illuminations	Balade aux lampions de 5 km– Boissons chaudes à l'arrivée–Vente de lampions 1,00€
Dimanch 23/12	14H00 – L'Huisserie – Parking salle des fêtes- rue Beausoleil	UDAL – FFRP L'Huisserie – A. Caradec - 06.70.28.67.78	10 km Bois de l'Huisserie

Les Randonneurs du Chéran à Renazé : Rando tous les jeudis après-midi, 8 à 10 km (plusieurs groupes) – R.V. à 13H55 Place du Fresne à Renazé – Renseignements : C. Marsollier : 02.43.06.76.31

Les Godillots du Plessis – Le Genest : 1^{er} et 3^e lundi de chaque mois, le matin, 2 h de rando env., (1^{er} – 15 octobre – R.V. à 9h00) (29 oct. – 12 & 26 nov. – 10 déc. : R.V. à 9h30) parc du Plessis au Genest – Rens. MC.Garreau : 07.80.05.48.62 – M. Fahier : 02.43.02.49.38

Ernée Randonnée Pédestre : Marche nordique le dimanche 21 octobre (Ernée plan d'eau) (de 9h30 à 11H30) – Contact : R. Legros : 02.43.05.11.30

Les Landes Mayennaises – Le Bourgneuf la Forêt : Marche nordique à 9H30 : les dimanches 18 novembre (parking étang de Changé) et 2 déc. (La Chapelle Erbrée – Parking de l'Eglise) - Rens. M. Rose : 06.85.17.91.22

ADRPM : RANDO SANTE LABELLISEE NIVEAU 1

CALENDRIER DES RANDO COOL du 04/10 au 20/12/2018

Distance de 5 à 7 Km. Rendez-vous 13H30 pour covoiturage sur inscription
à partir de la place de la mairie LAVAL. Contact: Marie Thé BOUGEANT
02 43 68 24 87 ou 06 82 41 29 82 ou mail : marietherese.bougeant@sfr.fr

DATE	LIEU DE DEPART à 14H JEUDI
04 Octobre	CARREFOUR Parking devant l'entrée au fond vers Grenoux
11 octobre	Parking Bois de l'Huisserie
18 Octobre	LE-GENEST-St-ISLE Parking Parc du Plessis
25 Octobre	Parking DECATHLON
08 Novembre	ENTRAMMES Parking halage opposé à l'Abbaye
15 Novembre	LAVAL BOURNY Parking Place de la Commune
22 Novembre	MONTIGNE Parking salle des fêtes
29 Novembre	St BERTHEVIN Parking Bernard le Godais Salle des sports
06 Décembre	ARGENTRE Parking plan d'eau Route de Louvigné
13 Décembre	LAVAL Parking Bois Gamât Rte de St Pierre-le-Potier à la sortie de Thévalles
20 Décembre	CHANGE Plan d'eau

CALENDRIER DES RANDOS MATINALES du 3 Octobre au 19 Décembre 2018

Distance de 6 à 7 km. CONTACT :
Joël PIVERT (06 74 15 53 30) ou Chantale DESPLANQUES (06 15 43 57 29)

DATE	LIEU DE DEPART à 9H15 MERCREDI
03 Octobre	Le GENEST ST ISLE parking parc du Plessis
10 Octobre	ANDOUILLE parking de l'église
17 Octobre	St BERTHEVIN Parking salle du Cosec Bernard Le Godais
24 Octobre	FORCE parking salle des fêtes
31/10/18	ST GERMAIN LE FOUILLOUX parking route de Changé
7 Novembre	BOIS DE L'HUISSERIE rive gauche
14 Novembre	PARKING DECATHLON
21 Novembre	BONCHAMP Parking salle des Angenoises
28 Novembre	ST JEAN SUR MAYENNE parking halage route de Montflours
05 Décembre	CHANGE Parking Plan d'eau
12 Décembre	LA CHAPPELLE ANTHENAISE parking salle des fêtes (nouvelle)
19 Décembre	MONTIGNE LE BRILLANT parking près de l'église

Consulter la Presse pour confirmation des heures et lieux de départ et connaissance des autres sorties non programmées

Edition du Calendrier/Marcelle ORRIERE