



Les mercredis de 9h30 à ~11h30

- 2 juillet : **Ambleteuse**, Mairie
 16 juillet : **St Martin lez Tatinghem**, M du
 Marais (journée)
 30 juillet : **Le Portel**, M Argos
 13 août : **Samer**, M du cheval (journée)
 27 août : **Audembert**, Ecole
 10 septembre : **Audresselles**, Place
 24 septembre : **Baincthun**, M forestière
 8 octobre : **St Inglevert**, Parking
 22 octobre : **Hermelinhén**, Ecole
 5 novembre : **Conteville**, Mairie
 19 novembre : **Hardelot**, Eglise St Augustin
 3 décembre : **Blanc-Nez**, Parking
 17 décembre : **Condette**, Château
 14 janvier **Wimille**, Mairie

La séance dure environ 2 heures (en fonction du groupe),
 elle est encadrée par des animateurs brevetés.

**ATTENTION en cas d'alerte météo Orange
 ou rouge la sortie est annulée.**

Rando douce :

- Des randos moins longues et moins rapides
- Le plaisir de se retrouver entre amis
- Une ambiance conviviale et chaleureuse
- Des sorties adaptées à votre état physique

*L'activité physique régulière associée à une
 alimentation équilibrée agit dans la
 PREVENTION et le TRAITEMENT des
 maladies chroniques et dégénératives*

Equipement :

- Chaussures adaptées à la randonnée
- Eau et Barres de céréales
- Vêtement de pluie selon météo
- Bâtons de marche si vous en possédez

2025

2^e SEMESTRE

Rando Douce



Pour tout renseignement s'adresser à

Olivier THERY

1138 chemin de Bellozanne

62 830 SAMER

Tél. : 06-70-09-70-85

e-mail : amisdessentiers@orange.fr

site : <http://amisdessentiers.fr>





Les mercredis de 9h30 à ~11h30

- 4 janvier : **Boulogne**, M des Assos à 14h
- 14 janvier : **Wimille**, Mairie
- 28 janvier : **Condette**, Château
- 11 février : **Ambleteuse**, Mairie
- 25 février : **Halinghen**, Eglise
- 11 mars : **Ste Cécile**, Place
- 25 mars : **La Capelle**, Ecole
- 8 avril : **Dannes**, P Mont St Frieux
- 22 avril : **Isques**, Ecole
- 6 mai : **Tardinghen**, P du Châtelet
- 20 mai : **Nesles**, P de la Glaisière
- 3 juin : **Audembert**, Ecole
- 17 juin : **Esquelbecq** place A Bergerot à la
journée (rando+visite)
- 1 juillet : **Ecault**, Camping

La séance dure environ 2 heures (en fonction du groupe),
elle est encadrée par des animateurs brevetés.

**ATTENTION en cas d'alerte météo Orange
ou rouge la sortie est annulée.**

Rando douce :

- Des randos moins longues et moins rapides
- Le plaisir de se retrouver entre amis
- Une ambiance conviviale et chaleureuse
- Des sorties adaptées à votre état physique

*L'activité physique régulière associée à une
alimentation équilibrée agit dans la
PREVENTION et le TRAITEMENT des
maladies chroniques et dégénératives*

Equipement :

- Chaussures adaptées à la randonnée
- Eau et Barres de céréales
- Vêtement de pluie selon météo
- Bâtons de marche si vous en possédez

2026

1^e SEMESTRE

Rando Douce



Pour tout renseignement s'adresser à

Olivier THERY

1138 chemin de Bellozanne

62 830 SAMER

Tél. : 06-70-09-70-85

e-mail : amisdessentiers@orange.fr

site : <http://amisdessentiers.fr>

