

Rendez-vous à la Maison des marcheurs, 60 rue de l'église à Rang du Fliers,  
**10 mn** avant l'heure indiquée sauf indication contraire.

Les Randos douces ou randos santé sont des balades courtes à allure modérée destinées à ceux qui ne peuvent pas suivre une randonnée normale pour des raisons de santé, d'âge ou de reprise d'activité physique.

Pas de marche nordique en juillet et août sauf le 4 juillet.  
Randos le matin durant les 2 mois d'été pour éviter les grosses chaleurs.

**Inscription obligatoire par sms** sur le portable de l'animateur jusqu'à **midi** le jour de la randonnée ou la **veille** au soir pour les RDV matinaux.

## JUILLET

Mardi 4 : 9h Marche nordique (Antoine : 06 89 31 31 44)

Mercredi 5 : 9h La Madelon 10km (Christine 06 22 76 01 22)

Jeudi 6 : 9h Rando douce (François 06 08 32 77 41)

Mercredi 12 : **8h Le Tréport avec le pique-nique (Nicole 06 37 45 90 01)**

Jeudi 13 : **9h Rando douce à Hardelot avec le pique-nique (Régine 06 75 66 55 20)**

Mercredi 19 : 9h Les papillotes à Humbert 9,4km (François 06 08 32 77 41)

**Jeudi 20 : 9h Rando douce à Montreuil (Christophe 06 12 27 17 52) ouvert aux estivants**

Mercredi 26 : 9h Le Colombier à Monchaux 10km (Christine 06 22 76 01 22)

Jeudi 27 : 9h Rando douce (Régine 06 75 66 55 20)

**Jeudi 27 : 8h30 La forêt d'Hesdin 20km avec le pique-nique (Alain 06 13 93 80 17)**

## AOÛT

Mercredi 2 : 9h Entre terre et eau à Abbeville 10km (Nicole 06 37 45 90 01)

Jeudi 3 : 9h Rando douce (Régine 06 75 66 55 20)

**Mercredi 9 : 8h30 Saint Valéry avec le pique-nique (Nicole 06 37 45 90 01)**

Jeudi 10 : 9h Rando douce (Jocelyne 06 19 36 51 58)

Mercredi 16 : 9h Waben (François 06 08 32 77 41)

**Jeudi 17 : 9h Rando douce à Montreuil (Christophe 06 12 27 17 52) ouvert aux estivants**

Mercredi 23 : 9h Le Robinson à Beutin 10km (Michel : 06 82 98 58 91)

Jeudi 24 : 9h Rando douce (Jocelyne 06 19 36 51 58)

**Jeudi 24 : 8h30 Le Honlieu avec pique-nique (Alain 06 13 93 80 17)**

Mercredi 30 : 9h Les Hauts de Tubersent 9 km (Christophe 06 12 27 17 52)

**Jeudi 31 : 9h Groffliers (pique-nique ou restaurant) 2 parcours 6 et 9 km (Régine 06 75 66 55 20)**

## SEPTEMBRE

Samedi 2 : 14h Le sentier du paradis à Aix en Issart 10km (François 06 08 32 77 41)

Mardi 5 : 9h Marche nordique (Antoine : 06 89 31 31 44)

Mercredi 6 : 14h Du Witrepin à la Dordonne à Frencq 13km (Christophe 06 12 27 17 52)

Jeudi 7 : 14h Rando douce (François 06 08 32 77 41)

Samedi 9 : 14h Le Mont St Eloi au Bahot 8,5km (François 06 08 32 77 41)

# PROGRAMME DES RANDONNEES 3ème trimestre 2023

**Mardi 12 : 9h Marche nordique (Antoine : 06 89 31 31 44)**

**Mercredi 13 : 14h Du golf à la mer Stella-Le Touquet 8,5km (Thérèse 06 08 82 99 02)**

**Jeudi 14 : 14h Rando douce (Régine 06 75 66 55 20)**

**Vendredi 15 : Rassemblement Marche nordique à Olhain (infos à suivre)**

**Samedi 16 : 14h Les foraines de l'Authie à Conchil le Temple (Nicole 06 37 45 90 01)**

**Dimanche 17 : Fête des sports de nature à l'Abbaye de Belval à Troisvaux (informations à suivre- Thérèse)**

**Mardi 19 : 9h Marche nordique (Antoine : 06 89 31 31 44)**

**Mercredi 20 : 14h La tête de vallée à Waben (Christine 06 22 76 01 22)**

**Jeudi 21 : 14h Rando douce (Christian 06 16 89 93 31)**

**Jeudi 21 : 9h Montreuil-Berck 18km (parcours de la marche des 2 baies) avec le pique-nique (Christophe, Thérèse (06 08 82 99 02), Michel)**

**Samedi 23 : 14h Le Touquet 10km (Nicole 06 37 45 90 01)**

**Mardi 26 : 9h Marche nordique (Antoine : 06 89 31 31 44)**

**Mercredi 27 : 14h Merlimont 8km (Christine 06 22 76 01 22)**

**Jeudi 28 : 14h Rando douce (Jocelyne 06 19 36 51 58)**

**Samedi 30 : 14h Airon Saint Vaast 10km (Christine 06 22 76 01 22)**



**LES MARCHEURS DE LA BAIE D'AUTHIE**

**60 rue de l'église**

**62180 RANG DU FLIERS**

**Tel : 06 08 82 99 02**

**Mail : [ambauthie@outlook.fr](mailto:ambauthie@outlook.fr)**

**Site: <https://les-marcheurs-de-la-baie-d-authie.e-monsite.com>**

**Facebook : <http://www.facebook.com/ambauthie>**