

Fêtons tous la RANDO

FFRandonnée
les chemins, une richesse partagée

Seine-Saint-Denis
www.randopedestre93.fr

Dimanche 16 octobre 2016
base de loisirs de
Champs-sur-Marne

rando 16 km

rando challenge

balades nature

marche d'endurance
"Auldax" 6 km/h

marche
nordique

rando découverte
& patrimoine
avec PromoVoies

rando
sport adapté

rando
santé®

gratuit - tout public

21^{ème} édition
Marche en 93

NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE

© FFRandonnée Seine-Saint-Denis - Création graphique : Anne Hémy

seine saint denis
LE DÉPARTEMENT



CNDS



PROGRAMME

MATIN

	Choix des randos	Départ	Km
●	Accueil Rando Challenge® Expert*	8h30	16 à 20
●	Marche Endurance "Audax®" 6 km/h départ gare RER E Chelles	9h	25 km
●	Marche Endurance "Audax®" 6 km/h départ base de loisirs - retour gare RER A Noisiel	9h15	12,5 km
●●	Accueil Rando Challenge® Découverte*	9h30	8 à 12
●	Rando "Marche en 93" (pour tous publics)	9h30	16 km
●	Rando + Découverte de la voile** avec les skippers de PromoVoile 93	9h30 2 groupes	5 à 6,5 km
●	Marche Nordique (marcheurs confirmés)	10h	
●●	Rando Découverte et Patrimoine	10h30	4 à 5 km

* sur inscription et participation financière

** savoir nager obligatoirement - 12 personnes maxi par groupe gratuit - inscription sur place

APRES-MIDI

	Choix des randos	Départ	Km
●	Retour Marche Endurance "Audax®"	13h45	
●●	Initiation Marche Nordique toutes les 45 minutes	à partir de 14h	
●●	Rando Sport Adapté 🇫🇷	14h15	4 km
●●	Rando Santé®	14h15	4 km
●	Rando + Découverte de la voile** avec les skippers de PromoVoile 93	14h30 2 groupes	5 à 6,5 km
●●	Rando Découverte et Patrimoine	14h30	4 à 5 km
●●	Découverte de la Base de loisirs	15h	2 km
●●	Remise des prix Rando Challenge	16h30	

** savoir nager obligatoirement - 12 personnes maxi par groupe gratuit - inscription sur place

randos gratuites et ouvertes à tous

Rando Challenge® ●

Randos nature et découverte ●

Randos Santé® et Sport Adapté ●

Marche Nordique et "Audax®" ●

En famille ●

Rando de la fête ●

PromoVoile93 ●

animations
sur place,
rafraîchissements
et village associatif

Départ & arrivée des randos :

Base de loisirs
1 prom. des Patis
77420 Champs/Marne

Accès : RER E arrêt
Chelles-Gournay
RER A arrêt Noisy-
Champs puis des
navettes sont prévues.

En voiture : A4 ou
RN 34 - parking gratuit



Le Rando Challenge®

Un Rando Challenge® est un rallye pédestre ludique, convivial et culturel. Les équipes de 2, 3 ou 4 personnes doivent parcourir un itinéraire donné, à une vitesse fixée et s'approcher le plus possible du temps de référence.

Tout au long de leur parcours, les randonneurs doivent répondre à des questions sur le patrimoine, la flore, la faune, l'histoire ou encore l'observation...

Il existe 2 niveaux de Rando Challenge® :

- **Rando Challenge® «Découverte» 8 à 12 km :**
Accessible à tous. L'itinéraire est tracé sur la carte.
10€ /équipe
- **Rando Challenge® «Expert» 16 à 20 km :**
Plus difficile, réservé aux licenciés de la FFRP.
L'itinéraire est partiellement tracé sur la carte.
16€ /équipe

votre équipement

Pour le niveau Expert :

- une boussole
- un curvimètre ou un double décimètre

Pour votre sécurité :

- un téléphone mobile
- une trousse de secours

Les indispensables :

- des chaussures adaptées
- de l'eau en quantité suffisante
- des vêtements chauds et de pluie suivant la météo
- un pique-nique

accès

programme

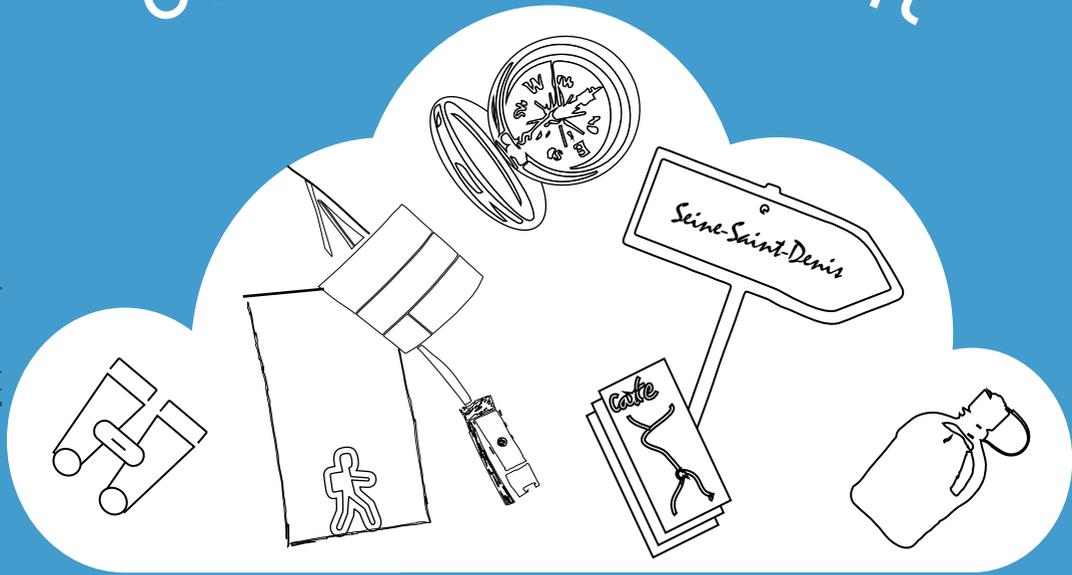
Accueil des 1 ^{ers} participants Expert	8h30
Premiers départs de l'Expert	9h00
Accueil des 1 ^{ers} participants Découverte	9h30
Premiers départs du Découverte	10h00
Arrivée des dernières équipes	15h30
Proclamation des résultats	16h30

Chaque équipe recevra son horaire de départ par courriel

inscription en ligne sur www.randopedestre93.fr

RANDO CHALLENGE®

découverte & expert



Dimanche 16 octobre 2016
Base de loisirs de Champs-sur-Marne
coordonnées UTM : 31U 470.215 - 5412.602

© FFRandonnée Seine-Saint-Denis - Création graphique : Anne Henry

NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE