

COMMUNIQUE DE PRESSE RANDO MORBIHAN « La Morbihannaise »

DIMANCHE 1 OCTOBRE 2017 - TAUPONT

A chacun sa randonnée ! Selon vos envies, en famille ou en solo, endurant ou débutant, venez découvrir les nouvelles pratiques de la Fédération Française de Randonnée Pédestre du Morbihan.

De l'Audax® (*) à la rando douce, en passant par la marche nordique et la randonnée classique, la FFRandonnée du Morbihan vous propose un riche programme d'activités.

Cette journée exceptionnelle, animée et guidée par les bénévoles de la FFRandonnée du Morbihan et l'association « Rando Plo », vous permettra de randonner en toute sécurité sur les plus beaux sentiers de Taupont. Les bénévoles vous feront ainsi cheminer au cœur d'une campagne verdoyante, sur les rives de l'étang au Duc, entre prairies et bocages, zones humides et sous-bois.

Quatre types de randonnées sont ainsi organisées. Les départs ont lieu de la salle Le Golven, place de l'église, à Taupont, de 7h15 à 14h00 selon la pratique choisie. Inscriptions sur le lieu de départ (*sauf pour la marche Audax® - réservation obligatoire – bulletin transmis sur le flyer*). Le détail de chaque randonnée est présenté sur le tableau joint ci-après.

Chaque participant apporte son pique-nique, de quoi se rafraîchir et son équipement adapté à la pratique de la randonnée. (*Repas uniquement prévu pour la marche Audax® – sur réservation*).

Un pot de l'amitié sera offert en fin de journée et suivi d'une tombola ! **Un super séjour Azurera à gagner !** Trois nuits, deux jours en demi-pension pour 2 personnes dans un village Azureva à remporter.

Ces randonnées ouvertes à tous, vous permettront aussi d'apprécier le travail réalisé par les bénévoles qui œuvrent toute l'année pour la préservation et l'entretien des sentiers. Votre participation contribue ainsi au maintien et au financement des activités du comité, qui a pour mission première, de sauvegarder nos sentiers.

Laissez vous donc guider par la FFR56 !
La garantie d'une journée de randonnées réussies !



Fédération Française de Randonnée du Morbihan

Tel : 02 97 40 85 88

Mail : rando56@wanadoo.fr

Internet : www.rando56.fr

Programme des randonnées

« De la rando douce à l'Audax® »

Randonnées libres

Randonnées libres de 12 km et 21 km
Inscription et départ de 7h15 à 10h30
Participation 3€ pour les licenciés et 5€ pour les non-licenciés
Gratuit pour les moins de 15 ans

Marche Nordique

Randonnées de 12 km et 20 km - 2 groupes
Inscription de 7h15 à 8h45 - Echauffement en groupe à 8h45
Départ 9h00 - Allure libre
Participation 3€ pour les licenciés et 5€ pour les non-licenciés
Gratuit pour les moins de 15 ans

Marche Audax® (*marche d'endurance*)

Randonnée Audax® de 2 fois 25 km
Pré-inscription obligatoire pour le Brevet 50 km
Départ 8h00 pour le 50 km et le 25 km du matin
Repas 12h30 pour le 50 km (*réserve obligatoire - bulletin à remplir*)
Départ 13h30 du 2^{ème} 25 km
Participation 6€ pour le 25 km et 20€ pour le 50 km (*avec repas*)

Rando douce, Rando santé®

Randonnée adaptée au public participant
Inscription à 14h00 - Départ 14h30
Participation 3€

(*) **La marche Audax®** est une épreuve de régularité et d'endurance effectuée en groupe (partir ensemble, revenir ensemble) à allure imposée (6km/h), conduite et contrôlée par un ou des capitaines de route à ne pas dépasser, chargés de respecter et faire respecter cette allure et d'un ou des serre-files qui seconde(nt) le/les capitaine(s) de route.



Fédération Française de Randonnée du Morbihan

Tel : 02 97 40 85 88

Mail : rando56@wanadoo.fr

Internet : www.rando56.fr