



PROGRAMME DU 1er SEMESTRE 2025

Cotisation année 2024-2025 : Adulte 35 €

Courriel : marcheetdecouverte@orange.fr

Site Internet de l'association: <http://med.sportsregions.fr>

Contacts : Benoît LEVILLAIN 06 13 04 23 92, Bertrand GUILMARD 06 85 07 67 58

Les randonnées proposées se font sur un parcours de 10, 15 ou 20 Km.

En cas de verglas ou de neige, il y a toujours une randonnée de remplacement de prévue.

Date	Lieu de randonnée	Départ*	Responsables et Renseignements
Mercredi 08 Janvier	Blainville-sur-Orne	13H30	Elise FOUET : 06 45 48 57 57 Bertrand GUILMARD : 06 85 07 67 58 Eliane DENEU : 06 70 30 06 44
Samedi 11 Janvier	<u>Marche Rapide</u> : Saint-Honorine-du-Fay	13H30	Didier CHENET : 06 85 66 73 34 Isabelle CASANOVA : 06 18 91 66 26 Laurent LEPROVOST : 06 45 71 74 30 Elise FOUET : 06 45 48 57 57
Dimanche 12 Janvier	ASSEMBLEE GENERALE Présentation du bilan par les co-représentants légaux et la trésorière Renouvellement CA et élection collégiale Informations sur les séjours. Goûter	14H30 Au Pavillon 11 rue des Arts Oustreham	Membres du CA
Dimanche 19 Janvier	St Michel de Vaucelles	8H30	Benoît LEVILLAIN : 06 13 04 23 92 Bertrand GUILMARD : 06 85 07 67 58 Patrick CONAN : 06 76 70 36 51
Mercredi 29 Janvier	Un tour de Louvigny	13H30	Jean-Claude DESGUETS : 06 27 32 10 59 Elise FOUET : 06 45 48 57 57 Laurent LEPROVOST : 06 45 71 74 30
Dimanche 9 Février	CHEUX	8H30	Bertrand GUILMARD : 06 85 07 67 58 Patrick CONAN : 06 76 70 36 51 Elise FOUET : 06 45 48 57 57
Samedi 15 Février	<u>Marche rapide</u> : THAON	13H30	Elise FOUET : 06 45 48 57 57 Isabelle CASANOVA : 06 18 91 66 26 Valérie MULLER-LECORDIER : 06 67 93 08 10 Laurent LEPROVOST : 06 45 71 74 30
Mercredi 19 Février	BAVENT - ROBEHOMME	13H30	Patrick CONAN : 06 76 70 36 51 Bertrand GUILMARD : 06 85 07 67 58 Laurent LEPROVOST : 06 45 71 74 30
Lundi 24 Février	Les Hauts de Roucamp	9H30	Bertrand GUILMARD : 06 85 07 67 58 Elise FOUET : 06 45 48 57 57 Chantal EMO : 06 70 44 22 16
Dimanche 2 Mars	Du Val de May au Val de Maizet	8H30	Benoît LEVILLAIN : 06 13 04 23 92 Bertrand GUILMARD : 06 85 07 67 58 Isabelle CASANOVA : 06 18 91 66 26
Mercredi 12 Mars	A l'entrée du Bocage Maisoncelles-sur-Ajon	13H30	Jean-Claude DESGUETS : 06 27 32 10 59 Daniel MARCHAND : 06 95 77 32 78 Annie JOURDAIN : 06 09 83 95 34
Samedi 15 Mars	<u>Marche rapide</u> : Le Home - Gonneville-en-Auge	13H30	Elise FOUET : 06 45 48 57 57 Isabelle CASANOVA : 06 18 91 66 26 Valérie MULLER-LECORDIER : 06 67 93 08 10 Laurent LEPROVOST : 06 45 71 74 30
Lundi 17 Mars	La Vallée de la Guigne	9H30	Eliane DENEU : 06 70 30 06 44 Chantal EMO : 06 70 44 22 16 Laurent LEPROVOST : 06 45 71 74 30
Dimanche 23 Mars	Espins	8H30	Daniel MARCHAND : 06 95 77 32 78 Jean-Claude DESGUETS : 06 27 32 10 59 Patricia LEBEHOT : 06 33 36 58 53
Mercredi 2 Avril	Boucle autour d'Urville au départ de Gouvix	13H30	Dominique VAPPEREAU : 06 70 52 29 63 Annie JOURDAIN : 06 09 83 95 34 Elise FOUET : 06 45 48 57 57
Lundi 7 Avril	De Houlgate vers Villers-sur-Mer	9H30	Benoît LEVILLAIN : 06 13 04 23 92 Bertrand GUILMARD : 06 85 07 67 58 Laurent LEPROVOST : 06 45 71 74 30

Samedi 12 Avril	<u>Marche rapide : Potigny</u>	13H30	Elise FOUET : 06 45 48 57 57 Isabelle CASANOVA : 06 18 91 66 26 Valérie MULLER-LECORDIER : 06 67 93 08 10 Laurent LEPROVOST : 06 45 71 74 30
Dimanche 13 Avril	Une source du pays de Fervaques	8H30	Jean-Claude DESGUETS : 06 27 32 10 59 Daniel MARCHAND : 06 95 77 32 78 Patrick CONAN : 06 76 70 36 51
Mercredi 23 Avril	Gonneville-sur-Mer	13H30	Annie JOURDAIN : 06 09 83 95 34 Dominique VAPPEREAU : 06 70 52 29 63 Benoît LEVILLAIN : 06 13 04 23 92
Lundi 28 Avril	De la vallée de l'Aure à la Seulles Mondaye	9H30	Chantal EMO : 06 70 44 22 16 Eliane DENEU : 06 70 30 06 44 Laurent LEPROVOST : 06 45 71 74 30
WE du 1er Mai 30 Avril au 4 Mai	SUISSE NORMANDE Date limite d'inscription : Fin Février Nombre de places limité Inscription auprès d'Annie Acompte : 50 Euros		Dominique VAPPEREAU : 06 70 52 29 63 Annie JOURDAIN : 06 09 83 95 34 Jean-Claude DESGUETS : 06 27 32 10 59 Bertrand GUILMARD : 06 85 07 67 58 Patrick CONAN : 06 76 70 36 51
Jeudi 8 Mai	80ème anniversaire Rando de la Paix		Benoît LEVILLAIN : 06 13 04 23 92 Bertrand GUILMARD : 06 85 07 67 58
Dimanche 11 Mai	Cerisy-Belle-Etoile	8H30	Dominique VAPPEREAU : 06 70 52 29 63 Bertrand GUILMARD : 06 85 07 67 58 Annie JOURDAIN : 06 09 83 95 34 Chantal EMO : 06 70 44 22 16
Mercredi 14 Mai	Le Pré Bocage à Bauquay	13H30	Jean-Claude DESGUETS : 06 27 32 10 59 Eliane DENEU : 06 70 30 06 44 Daniel MARCHAND : 06 95 77 32 78
Samedi 17 Mai	<u>Marche rapide : Houlgate</u>	13H30	Elise FOUET : 06 45 48 57 57 Isabelle CASANOVA : 06 18 91 66 26 Valérie MULLER-LECORDIER : 06 67 93 08 10 Laurent LEPROVOST : 06 45 71 74 30
Lundi 19 Mai	Les Roches noires et Villerville	9H30	Jean-Claude DESGUETS : 06 27 32 10 59 Dominique VAPPEREAU : 06 70 52 29 63 Annie JOURDAIN : 06 09 83 95 34
Dimanche 1 Juin	Pont-Audemer	8H30	Benoît LEVILLAIN : 06 13 04 23 92 Bertrand GUILMARD : 06 85 07 67 58 Patrick CONAN : 06 76 70 36 51
Mercredi 4 Juin	Juaye-Mondaye Le tour des Guesdons	13H30	Patrick CONAN : 06 76 70 36 51 Bertrand GUILMARD : 06 85 07 67 58 Laurent LEPROVOST : 06 45 71 74 30
WE PENTECOTE 06 au 09 Juin	WE dans le Perche Date limite d'inscription : Fin Février Acompte : 40 Euros Nombre de places limité		Bertrand GUILMARD : 06 85 07 67 58 Daniel MARCHAND : 06 95 77 32 78 Patrick CONAN : 06 76 70 36 51
Samedi 14 Juin	<u>Marche rapide : Lantheuil</u>	13H30	Elise FOUET : 06 45 48 57 57 Isabelle CASANOVA : 06 18 91 66 26 Valérie MULLER-LECORDIER : 06 67 93 08 10 Laurent LEPROVOST : 06 45 71 74 30
Lundi 16 Juin	Longvillers Le Plateau de Clairefontaine	9H30	Annie JOURDAIN : 06 09 83 95 34 Chantal EMO : 06 70 44 22 16 Eliane DENEU : 06 70 30 06 44
Dimanche 22 Juin	Caumont-sur-Aure - Sallen	8H30	Patricia LEBEHOT : 06 33 36 58 53 Jean-Claude DESGUETS : 06 27 32 10 59 Daniel MARCHAND : 06 95 77 32 78
Mercredi 25 Juin	Cresseveuille - Le Bourg	13H30	Daniel MARCHAND : 06 95 77 32 78 Eliane DENEU : 06 70 30 06 44 Annie JOURDAIN : 06 09 83 95 34
Du Samedi 19 Juillet au Samedi 26 Juillet	SEJOUR ETE : Arêches-Beaufort Limité à 20 personnes		Jean-Claude DESGUETS : 06 27 32 10 59 Daniel MARCHAND : 06 95 77 32 78 Eliane DENEU : 06 70 30 06 44
	MARCHE NORDIQUE Mardi matin - Samedi après-midi		Patrick CONAN : 06 76 70 36 51

* Sauf indication contraire, le départ des randonnées s'effectue depuis l'aire de covoiturage : zone du Maresquier, rue de la Voie au Coq, Ouistreham.