



RANDONNEES PEDESTRES MARDI ET JEUDI

RANDO : 5 à 7 km 3,5 km/h RANDO : 7 à 11 km 4 /4,5 km/h RANDO : 11 à 15 km 5/5,5 km

départ groupé/covoiturage sur la place de l'Orée du bois à Quimiac

- à 14 h00 les mardis

- à 13 h 30 les jeudis

ou directement sur le lieu de départ à 14 heures le jeudi

Mardi 28 octobre 2025	St Molf circuit du Bois Perrot, 7,5 km, départ Pont de Clin	BC
Mardi 4 novembre 2025	La Turballe, Mèlignac, Trescalan, 7,5 km, départ pkg Bois de boule	MC
Jeudi 6 novembre 2025	Herbignac Grand Arm-Landeuil, 13,4 km départ Grand Arm	CDG
Jeudi 13 novembre 2025	Mesquer Lanséria Kercabelle Merquel, 11,2 km départ Orée du Bois	AL
Mardi 18 novembre 2025	Le Pouliguen centre et gare, 6,2 km départ pkg du port	HR
Jeudi 20 novembre 2025	Dunes de Pont Mahé, 9 km départ : pkg conchylicole à Pen Bé	EDV
Mardi 25 novembre 2025	Assérac, Pointe noire, Pen Bé, 6,5 km, départ : pkg Kergéraud	MC
Jeudi 27 novembre 2025	La Turballe marais et plages, 9,5 km départ : pkg angle D92 et bd de la gde falaise	HD
Mardi 2 décembre 2025	Piriac circuit de Lérat, 7 km départ : port de Lérat	BC
Jeudi 4 décembre 2025	Piriac le tombeau d'Almanzor, 10 km, départ : pkg marché de Piriac	MR
Mardi 9 décembre 2025	La Turballe, Trescalan, 6,5 km départ : pkg de Kerhué	MC
Jeudi 11 décembre 2025	Piriac par la côte AR, 12 km, départ pkg de Lanséria	AL
Mardi 16 décembre 2025	La Turballe Brandu, 5,6 km, départ : pkg du Brandu	HR
Jeudi 18 décembre 2025	Le Croisic, tour de côte et du port, 9 km, départ : pkg gare	MR

MARCHES NORDIQUES MERCREDI

Départ à 8 h40 salle de l'Artymès pour covoiturage ou Rdv à 9 h 00 au point de départ de la Marche

Contacts : 06 63 81 37 67 – 06 76 98 42 24

5 novembre 2025 Pen Bron La pointe 8,5 km	3 décembre 2025 Assérac traict de Pen Bé 10 km
12 novembre 2025 Guérade Kercabus 11,9 km	10 décembre 2025 St Molf 8 km
19 novembre 2025 Pénestin La mine d'or 10 km	17 décembre 2025 Mesquer Quimiac 10,5 km
26 novembre 2025 Mesquer Quimiac Toulport 9,2 km	

Site internet : <https://www.captonicmesquer.fr>

C ourriel : captonicmesquer@gmail.com (à enregistrer dans vos contacts)