



RANDONNEES PEDESTRES MARDI ET JEUDI

RANDO : 5 à 6 km 3,5 km/h RANDO : 7 à 10 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 les jeudis)

Mardi 7 mai 2024	St. Molf, prestige de Clin, 6/8 kms, départ : pkg La Vigne Mesquer MC
Mardi 14 mai 2024	La Turballe Trescalan, 6,2 kms, départ : pkg sous l'église de Trescalan. HR
Jeudi 16 mai 2024	Assérac le traict de Pen Bé 10 kms, départ : pkg du parc conchylicole de Pen Bé CDG
Mardi 21 mai 2024	Guérande Careil marais,, 5,5 kms, départ devant l'église de careil HR
Jeudi 23 mai 2024	La Turballe :Pen Bron Lancly, 11 kms, départ :pkg angle Bd de la grande falaise route de Pen Bron Lergat AL
Mardi 28 mai 2024	Piriac :Partage patrimoine, 6/8 kms, départ : pkg club de voile de Piriac MC
Jeudi 30 mai 2024	QUIMIAC - les Salines , 10 kms , départ l'Orée du Bois CDG et/ou HD
Mardi 4 juin 2024	Piriac voies romaines , 6/8 kms, départ pkg de Lérat MC
Jeudi 6 juin 2024	Camoël, 11 kms départ : pkg rue de la chapelle à gauche de l'église HD
Mardi 11 juin 2024	St Lyphard Kerhinet La Madeleine, 6,4 kms, départ : pkg de Kerhinet HR
Jeudi 13 juin 2024	Le Pouliguen côte sauvage, 9 kms, départ : pkg du port MR
Mardi 18 juin 2024	Pornichet gare Hippodrome, 6,6 kms, départ :pkg quai des arts, en face Intermarché HR
Jeudi 20 juin 2024	Le Croisic tour de côte, 9 kms, départ : pkg gare SNCF MR
Mardi 25 juin 2024	Guérande : Valeurs de Clis, 6/8 kms, départ : pkg des Perrières de Clis MC
Jeudi 27 juin 2024	St Nazaire, les étangs, 9,5 kms départ : aire de repos angle rue Garnier/rte du bois Jolland 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

8 mai 2024/ : Port aux loups, 8 kms	5 Juin 2024 : Pen Bron (nouveau parcours) 9 kms
15 mai 2024 : Guérande-Kercabus 10,7 kms	12 juin 2024 : Landieul-Gd Arm 13 kms
22 mai 2024 : Pénestin– La Mine d'Or 10 kms	19 juin 2024 : Mesquer Salines 10 kms
29 mai 2024 : Herbignac– Chemin des Potiers 10,5 kms	26 juin 2024 : Mesquer Fontaine Braz 9 kms

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

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



RANDONNEES PEDESTRES MARDI ET JEUDI

RANDO : 5 à 6 km 3,5 km/h RANDO : 7 à 10 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 les jeudis)

Mardi 7 mai 2024	St. Molf, prestige de clin, 6/8 kms , départ : pkg La Vigne Mesquer MC
Mardi 14 mai 2024	La Turballe Trescalan, 6,2 kms, départ : pkg sous l'église de Trescalan. HR
Jeudi 16 mai 2024	Assérac le trait de Pen Bé, 10kms, départ : pkg du parc conchylicole de Pen Bé CDG
Mardi 21 mai 2024	Guérande Careil marais, 5,5 kms, départ devant l'église de careil HR
Jeudi 23 mai 2024	La Turballe :Pen Bron Lancly, 11 kms, départ :pkg angle Bd de la grande falaise route de Pen Bron Lergat AL
Mardi 28 mai 2024	Piriac :Partage patrimoine, 6/8 kms, départ : pkg club de voile de Piriac MC
Jeudi 30 mai 2024	QUIMIAC - les Salines, 10 kms , départ l'Orée du Bois CDG et/ou H
Mardi 4 juin 2024	Piriac voies romaines, 6/8 kms, départ pkg de Lérat MC
Jeudi 6 juin 2024	Camoël 11 kms départ : pkg rue de la chapelle à gauche de l'église HD
Mardi 11 juin 2024	St Lyphard Kerhinet La Madeleine, 6,4 kms, départ : pkg de Kerhinet HR
Jeudi 13 juin 2024	Le Pouliguen côte sauvage, 9 kms, départ : pkg du port MR
Mardi 18 juin 2024	Pornichet gare Hippodrome, 6,6 kms, départ :pkg quai des arts, en face Intermarché HR
Jeudi 20 juin 2024	Le Croisic tour de côte, 9 kms, départ : pkg gare SNCF MR
Mardi 25 juin 2024	Guérande : Valeurs de Clis, 6/8 kms, départ : pkg des Perrières de Clis MC
Jeudi 27 juin 2024	St Nazaire, les étangs, 9,5 kms, départ : aire de repos angle rue Garnier/rte du bois Jolland 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

8 mai 2024/ : Port aux loups, 8 kms	5 Juin 2024 : Pen Bron (nouveau parcours) 9 kms
15 mai 2024 : Guérande-Kercabus 10,7 kms	12 juin 2024 : Landieul-Gd Arm 13 kms
22 mai 2024 : Pénestin– La Mine d'Or 10 kms	19 juin 2024 : Mesquer Salines 10 kms
29 mai 2024 : Herbignac– Chemin des Potiers 10,5 kms	26 juin 2024 : Mesquer Fontaine Braz 9 kms

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

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



RANDONNEES PEDESTRES MARDI ET JEUDI

RANDO : 5 à 6 km 3,5 km/h RANDO : 7 à 10 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 les jeudis)

Mardi 7 mai 2024	St. Molf, prestige de clin , 6/8 kms , départ : pkg La Vigne Mesquer MC
Mardi 14 mai 2024	La Turballe Trescalan, 6,2 kms, départ : pkg sous l'église de Trescalan. HR
Jeudi 16 mai 2024	Assérac le traict de Pen Bé, 10kms, départ : pkg du parc conchylicole de Pen Bé CDG
Mardi 21 mai 2024	Guérande Careil marais 5,5 kms, départ devant l'église de careil HR
Jeudi 23 mai 2024	La Turballe :Pen Bron Lanclly 11 kms, départ :pkg angle Bd de la grande falaise route de Pen Bron Lergat AL
Mardi 28 mai 2024	Piriac :Partage patrimoine, 6/8 kms, départ : pkg club de voile de Piriac MC
Jeudi 30 mai 2024	QUIMIAC - les Salines,10kms , départ l'Orée du Bois CDG et/ou HD
Mardi 4 juin 2024	Piriac voies romaines, 6/8 kms, départ pkg de Lérat MC
Jeudi 6 juin 2024	Camoël 11 kms, départ : pkg rue de la chapelle à gauche de l'église HD
Mardi 11 juin 2024	St Lyphard Kerhinet La Madeleine, 6,4 kms, départ : pkg de Kerhinet HR
Jeudi 13 juin 2024	Le Pouliguen côte sauvage, 9 kms, départ : pkg du port MR
Mardi 18 juin 2024	Pornichet gare Hippodrome, 6,6 kms, départ :pkg quai des arts, en face Intermarché HR
Jeudi 20 juin 2024	Le Croisic tour de côte, 9 kms, départ : pkg gare SNCF MR
Mardi 25 juin 2024	Guérande : Valeurs de Clis, 6/8 kms, départ : pkg des Perrières de Clis MC
Jeudi 27 juin 2024	St Nazaire, les étangs, 9,5 kms, départ : aire de repos angle rue Garnier/rte du bois Jolland 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

8 mai 2024/ : Port aux loups, 8 kms	5 Juin 2024 : Pen Bron (nouveau parcours) 9 kms
15 mai 2024 : Guérande-Kercabus 10,7 kms	12 juin 2024 : Landieul-Gd Arm 13 kms
22 mai 2024 : Pénestin– La Mine d'Or 10 kms	19 juin 2024 : Mesquer Salines 10 kms
29 mai 2024 : Herbignac– Chemin des Potiers 10,5 kms	26 juin 2024 : Mesquer Fontaine Braz 9 kms

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

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



RANDONNEES PEDESTRES MARDI ET JEUDI

RANDO : 5 à 6 km 3,5 km/h RANDO : 7 à 10 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 les jeudis)

Mardi 7 mai 2024	St. Molf, prestige de clin, 6/8 kms , départ : pkg La Vigne Mesquer MC
Mardi 14 mai 2024	La Turballe Trescalan, 6,2 kms, départ : pkg sous l'église de Trescalan. HR
Jeudi 16 mai 2024	Assérac le traict de Pen Bé, 10kms, départ : pkg du parc conchylicole de Pen Bé CDG
Mardi 21 mai 2024	Guérande Careil marais, 5,5 kms, départ devant l'église de careil HR
Jeudi 23 mai 2024	La Turballe :Pen Bron Lanclly, 11 kms, départ :pkg angle Bd de la grande falaise route de Pen Bron Lergat AL
Mardi 28 mai 2024	Piriac :Partage patrimoine, 6/8 kms, départ : pkg club de voile de Piriac MC
Jeudi 30 mai 2024	QUIMIAC - les Salines, 10kms , départ l'Orée du Bois CDG et/ou HD
Mardi 4 juin 2024	Piriac voies romaines, 6/8 kms, départ pkg de Lérat MC
Jeudi 6 juin 2024	Camoël 11 kms, départ : pkg rue de la chapelle à gauche de l'église HD
Mardi 11 juin 2024	St Lyphard Kerhinet La Madeleine 6,4 kms, départ : pkg de Kerhinet HR
Jeudi 13 juin 2024	Le Pouliguen côte sauvage, 9 kms, départ : pkg du port MR
Mardi 18 juin 2024	Pornichet gare Hippodrome, 6,6 kms, départ :pkg quai des arts, en face Intermarché HR
Jeudi 20 juin 2024	Le Croisic tour de côte, 9 kms, départ : pkg gare SNCF MR
Mardi 25 juin 2024	Guérande : Valeurs de Clis, 6/8



RANDONNEES PEDESTRES MARDI ET JEUDI

RANDO : 5 à 6 km 3,5 km/h RANDO : 7 à 10 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 les jeudis)

Mardi 7 mai 2024	St. Molf, prestige de clin 6/8/kms , départ : pkg La Vigne M
Mardi 14 mai 2024	La Turballe Trescalan 6,2 kms, départ : pkg sous l'église de
Jeudi 16 mai 2024	Assérac le traict de Pen Bé 10kms, départ : pkg du parc Bé CDG
Mardi 21 mai 2024	Guérande Careil marais 5,5 kms, départ devant l'église de c
Jeudi 23 mai 2024	La Turballe :Pen Bron Lancly 11 kms, départ :pkg falaise route de Pen Bron Lergat AL
Mardi 28 mai 2024	Piriac :Partage patrimoine, 6/8/kms, départ : pkg club de v
Jeudi 30 mai 2024	QUIMIAC - les Salines ,10kms , départ l'Orée du Bois
Mardi 4 juin 2024	Piriac voies romaines , 6/8/kms départ pkg de Lérat
Jeudi 6 juin 2024	Camoël 11 km,s départ : pkg rue de la chapelle à gauche d
Mardi 11 juin 2024	St Lyhard Kerhinet La Madeleine 6,4 kms, départ
Jeudi 13 juin 2024	Le Pouliguen côte sauvage 9 kms départ : pkg du port
Mardi 18 juin 2024	Pornichet gare Hippodrome 6,6 kms, départ :pkg quai des Intermarché HR
Jeudi 20 juin 2024	Le Croisic tour de côte 9 kms départ : pkg gare SNCF
Mardi 25 juin 2024	Guérande : Valeurs de Clis, 6/8/kms, départ : pkg des Perri
Jeudi 27 juin 2024	St Nazaire, les étangs 9,5 kms départ : aire de repos angl bois Jolland MR
<p>MARCHES NORDIQUES MERCREDI</p> <p>Départ à 8 h40 salle de l'Artymès pour covoiturage ou Rdv à 9 h 00 au point de départ de la Marche</p> <p>Contacts : 06 63 81 37 67 – 06 76 98 42 24</p>	
8 mai 2024/ : Port aux loups, 8 kms	5 Juin 2024 : Pen Bron (nouveau
15 mai 2024 : Guérande-Kercabus 10,7 kms	12 juin 2024 : Landieul-Gd Arm
22 mai 2024 : Pénestin– La Mine d'Or 10 kms	19 juin 2024 : Mesquer Salines 1
29 mai 2024 : Herbignac– Chemin des Potiers 10,5 kms	26 juin 2024 : Mesquer Fontaine
<p>Site internet : https://www.captonicmesquer.fr</p> <p>Courriel : captonicmesquer@gmail.com (à enregistrer dans vos contacts)</p>	
	kms, départ : pkg des Perrières de Clis MC
Jeudi 27 juin 2024	St Nazaire, les étangs, 9,5 kms, départ : aire de repos angle rue Garnier/rte du bois Jolland 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

8 mai 2024/ : Port aux loups, 8 kms	5 Juin 2024 : Pen Bron (nouveau parcours) 9 kms
15 mai 2024 : Guérande-Kercabus 10,7 kms	12 juin 2024 : Landieul-Gd Arm 13 kms
22 mai 2024 : Pénestin– La Mine d'Or 10 kms	19 juin 2024 : Mesquer Salines 10 kms
29 mai 2024 : Herbignac– Chemin des Potiers 10,5 kms	26 juin 2024 : Mesquer Fontaine Braz 9 kms

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

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