

Randonnées pédestres : En théorie, une randonnée « touristique » est organisée régulièrement, en alternance avec une randonnée dite « locale » afin d'offrir une activité dominicale régulière. Sauf exception, les rendez-vous sont toujours fixés à 8h30 sur le Parking de l'Hôtel de ville de Beaumont - covoiturage: participation individuelle notée pour chaque sortie.

Marche nordique : fitness-outdoor ou gymnastique en extérieur, consistant à se propulser à l'aide de deux bâtons adaptés, comme pour le ski nordique.

- Séances « soutenues » tous les mercredis et samedis matins. Rdv à 9h30 à l'espace de verdure, rue L. et A. Roussel à Beaumont/Oise.
- Séances « Marche nordique Zen » tous les mardis matins. Rdv à 9h30 au Pk de l'Obélisque, rondpoint du pavillon de Paris, D64, en forêt de l'Isle Adam.

Randonnées douces : durée environ 2h, s'adressent aux personnes désirant faire des sorties faciles « moins vite - moins loin - moins longtemps ». Sauf exception signalée, les rendez-vous sont toujours prévus le samedi, sur le Parking de l'Hôtel de ville de Beaumont pour départ 14h
Randos douces « à l'extérieur de Beaumont », infos à venir.

Les personnes souhaitant recevoir le programme "version papier", peuvent remettre une enveloppe timbrée à leur adresse. Le programme "version numérique", est envoyé à votre adresse mail préalablement fournie à un responsable de UMOB-ReD.

Coordonnées des animateurs

Raymond Auriel (Ry)	06 86 88 72 10 - raymond.auriel@orange.fr
Alain Barrier (AB)	06 58 21 18 80
Jean Paul Bernard (JPB)	06 68 26 99 14
Jacques Doré(JD)	06 89 81 71 06
Michel Dupont (MD)	06 81 34 24 82
Anne Marie Dupont (AMD)	06 09 32 30 96
Nathalie Giusti NG	06 84 30 48 43
Isabelle Junik (IJ)	06 15 12 52 09
Chantal Lambert ChL)	06 76 12 53 47 - clambert48@orange.fr
Philippe Pelletier (PhP)	06 60 13 62 26
Elsa Tirvaudey (ET)	06 24 14 16 98

UMOB Randonnées et Découvertes



Club affilié à la
Fédération française de la randonnée pédestre
et au Comité départemental du Val d'Oise.

PROGRAMME

Juillet –Aout - septembre
2024

JUILLET

Dimanche 7 : rando Conviviale -- rdv 9h pour 13 km - anim : Ry et 9 h 30 - 6 km pour la rando douce anim : JD - pk de la Maison du Bois Carreau à **Nerville** – **RTC** - après-midi jeux en commun
COV : 1€

Dimanche 14 : Férié – locale - anim Ry

Vendredi 19 : passage de la **flamme olympique** – Animations au lac du Château de la Chasse - infos complémentaires à venir

Dimanche 21 : de Lavois en Fontaines modifié - 12 km – rdv 8h45 pk du cimetière de **Luzarches** - anim : S. Marchand
COV : 2€

Dimanche 28 : Parmain – 14 km – rdv 8h45 – 130 rue des peupliers

Anim : JPB – COV : 1 €

AOÛT

Dimanche 4 : les Balcons d'Ambleville - 16 km – rdv 9 h au château 1 rue de la mairie – **RTS** – anim : AB – COV : 5 €

Dimanche 11 : Champagne – 15 km – rdv pk gare - Anim : JPB
COV : 1€

Dimanche 18 : la Grande Pièce – 16 km – rdv 9 h 45–mairie de **Génicourt** - **RTS** – anim IJ – COV : 3 €

Dimanche 25 : sur la **trace des pèlerins** – RDV 9h Chemin herbu à Ennery - Matin 13 km - Après midi 7 km - **RTC** - 20 km anim: AMD

SEPTEMBRE

Dimanche 1 : St Vaast les Mello – interclub -infos à venir –

Samedi 7 : Forum des associations - salle Léo Lagrange à Beaumont 10h/18h

Dimanche 8 : la Ronde des Villages – interclub – 5/10/15/20 km
RDV 8 h30 salle des fêtes de la mairie Bellefontaine 95270 – COV :2 €

Dimanche 15 : locale – anim :Ry

Vendredi 20 : soirée affiliation ReD – Maison des associations Jacques Laridan 1 rue Duquesnel à Beaumont - rdc salle n°12 à partir de 18h 30

Dimanche 22 : Ecouen – 13 km – rdv 9h pk du château - **RTC** -
14 h conférence « **le télégraphe de Chappe** ». COV: 2 €

Dimanche 29 : Forêt de Hez Froidmont – rdv 9 h pk du Magasin – à la **Neuville en Hez** - matin 10km – après midi 6 km – **RTC** – anim : AB -
COV : 6 €

Dates à retenir

Samedi 5 octobre : virade Octobre Rose

Jeudi 21 Novembre : soirée « beaujolais nouveau »

Abréviations

COV : participation individuelle de co-voiturage en euros

RTC = Repas Tiré du Coffre - RTS : Repas Tiré du Sac