

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
Sandrine Marchand (SM)	06 46 73 65 17

UMOB Randonnées et Découvertes



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

PROGRAMME

Janvier - Février - Mars
2025

JANVIER

Dimanche 5: Locale anim : Ry

Dimanche 12 : nouveau parcours 12 km de la Beaumontoise - rdv 9 h carrefour du pas de vache, (le lac bleu) en forêt de Carnelle - anim : Ry

Vendredi 17 : **Assemblée Générale de UMOB ReD** - 18 H 30 - Maison des associations - 1 rue Duquesnel à Beaumont/Oise - salle n°12 - rdc -

Dimanche 19: **Souvenir Emile Lefrais** - Les Cyclos du lac d'Enghien - 11 et 19 km - Parc des Sports Gymnase Nelson Mandela. Entrée B - 31 rue de la Butte aux Pères à Montmorency.
Départs: **19** Km dès 8 h -parcours en commun **11** km à 8 h 45 - COV: 2 €

Dimanche 26 : **Locale** anim : AB

FEVRIER

Dimanche 2 : **Périple Arnouvillois** - 10/15/20/25 km - départs libres dès 7h30 - rdv pk gare **d'Orry-la-Ville** - pour randonner ensemble sur 15 km/8h30 - COV : 2 €

Dimanche 9: **Parmain** - 12 km - rdv 9 h - 130 rue des peupliers.
anim : JPB - COV : 1 €

Dimanche 16 : **Chambly** - 11 km - rdv 9 h place Charles de Gaulle - anim : AMD- Rando douce 6 km rdv 10 h - suivies d'un repas en commun infos à venir - COV : 1 €

Dimanche 23 : **Les Montilles** - 13 km - rdv 9 h place Georges Tainturier 60940 Cinqueux - Retour vers 13 h - anim : IJ - COV :4 €

MARS

Dimanche 2 : **Rando des Jonquilles** - 11 km- rdv 9 h pk place de la gare à **Vineuil St Firmin** - anim : Ch.L - COV : 3 €

Dimanche 9: **l'Auversienne** - 40 km/7h - 26 km/8h - En commun 15 km/8h30 - rdv rue de la Sansonne (proche mairie) à Auvers/Oise.

Dimanche 16: **locale** - anim AMD

Dimanche 23 : **« 33ème Beaumontoise »** - 10/16/22/28 km.
Merci de réserver votre journée pour aider à l'organisation.

Dimanche 30 : **la Margueritte Champenoise** - 8 - 16 - 24 km
Rdv 8h30 pour randonner ensemble sur 16 km - Hall du CCS
parc municipal de **Champagne/Oise** - **Attention Cht d'heure**

Dates à retenir en 2025

- **13/16 mars** : salon destination nature (Pte Versailles)
- **7/8/9 juin** : à l'étude Séjour dans l'Yonne
-

RTS = repas tiré du sac - RTC = repas tiré du coffre
COV = participation individuelle au co-voiturage

Randos douces: tous les samedis - rdv pour départ 14 h
pk de l'hôtel de ville de Beaumont - Anim :JD - PhP - ET- Ry