



GROUPE NATURE et Randonnées

Programme des sorties pour la saison 2026/2027

DATES	DURÉE	DESTINATIONS	Dpt	RÉFÉRENTS
13/09/26	1 Journée	BOUZILLE	44	<u>Guilloux Catherine</u> - Laudrin Dominique - Fidon Laurence
24 - 25 - 26/09/2026	3 jours J - V - S	La Barre de Monts Marais vendéen	85	<u>Charron Bruno</u> et Michèle - Monnier Michel - Plantard Agnès
04/10/2026	1 Journée	 BOUSSAY	44	<u>Blanchard Marielle</u> -Le Hericy Jean Jacques
11/10/26	1 Journée	PANNECE	49	<u>Lebouvier Jean</u> - Bras Marie Thé - Juton Dominique et Édith
25/10/26	1 Journée	MORTAGNE SUR SEVRE	85	<u>Rocheteau Daniel</u> - Martineau Dominique et Martine - Lohezic Marc
08/11/26	½ Journée	Gorges	44	<u>Verbeke Colette</u> - Rocheteau Daniel
22/11/26	½ Journée	 CLISSON	44	<u>Blanchard Marielle</u> -Le Hericy Jean Jacques - Laudrin Dominique-Fidon Laurence
06/12/26	½ Journée	HERIC	44	<u>Monnier Michel</u> - Plantard Agnès - Herbillon Marie France
20/12/26	15H - 20H	NANTES Rando de Noël	44	<u>Rocheteau Daniel</u> - Guilloux Catherine - Laudrin Dominique - Fidon Laurence
10/01/27	2x½ Journées	Nettoyage Sentiers	44	<u>Lebouvier Jean</u> - Lohezic Marc
17/01/2027	½ Journée	 NANTES	44	<u>Blanchard Marielle</u> - Le Hericy Jean Jacques - Juton Dominique - Laudrin Dominique
24/01/27	½ Journée	LE LOROUX BOTTEREAU	44	<u>Rousseau Jocelyne</u> -Le Brech Alain et Chantal
07/02/27	½ Journée	VERTOU	44	<u>Verbeke Colette</u> - Lebouvier Jean-Bras Marie Thé
21/02/27	½ Journée	HAUTE GOULAINÉ	44	<u>Palierne Annie</u> -Armand Françoise
07/03/27	1 Journée	CHATEAUBRIANT	44	<u>Guilloux Catherine</u> -Laudrin Dominique-Fidon Laurence - Lohézic Marc
14/03/27	1 Journée	 La BOISSIÈRE DE MONTAIGU	85	<u>Blanchard Marielle</u> - Le Hericy Jean Jacques - Juton Dominique
21/03/27	1 Journée	QUIMIAIC	44	<u>Le Brech Alain et Chantal</u> - Martineau Dominique et Martine
Du 1 ^{er} au 04/04/27	4 Jours	OUESSANT	29	<u>Fustec Patricia</u> - Lebouvier Jean - Bras Marie Thé - Rouaud Marie
18/04/27	1 Journée	LA PLAINE SUR MER	44	<u>Monnier Michel</u> - Plantard Agnès - Lohezic Marc
02/05/2026	1 Journée	LE GRAND AUVERNE	44	Cuvelier Françoise - Palierne Annie -
Du 6 au 9/05/27	4 jours	LA FORET DE BERCE	72	<u>Lebouvier Jean</u> - Bras Marie Thé - Guilloux Catherine - Rouaud Marie
23/05/2027	1 Journée	VIOREAU - LA PROVOSTIERE	44	<u>Juton Dominique</u> et Edith - Maillet Louissette - Fidon Laurence - Martineau Dominique et Martine
06/06/27	1 Journée	FRESNAY EN RETZ	44	<u>Denyse Marylène</u> - Herbillon Bernard et Marie France - Charron Bruno et Michèle
11/06/27	20h	REUNION PROGRAMME		Lebouvier Jean
16/06/27	Soirée 19h - 22h	CASSON	44	<u>Lebouvier Jean</u> - Bras Marie Thé - Palierne Annie - Rouaud Marie
20/06/27	1 Journée	LA BRIERE	44	<u>Martineau Dominique</u> et Martine - Juton Dominique et Edith - Maillet Louissette
25/06/27	Soirée 19h	Soirée Grillades	44	Lebouvier Jean Thème concours photos : PORTAIL
22 Aout 3 sept 2027	13 jours à confirmer	COTENTIN ET BESSIN	50 14	<u>Lebouvier Jean</u> et Marie Thé - Juton Dominique et Edith Guilloux Catherine - Rouaud Marie
Septembre 2027	3 Jours à définir	OLERON	17	<u>Guilloux Catherine</u> - Laudrin Dominique - Bonnetier Claude et Jean - Fidon Laurence

Le nom du référent de la sortie est souligné.

Randonnée nature : les sorties proposées au programme se basent sur une distance de 8 - 12 km en 1/2 journée et 18 à 20 km pour une journée. Ces sorties sont l'occasion de découvrir et de partager les observations de la nature et les connaissances de tout un chacun. La durée des sorties est évaluée sur une allure d'environ 3,5 à 4 km/h sans que cela soit un objectif impératif.

★ Randonnée, marche dynamique : Les circuits annoncés pour les 1/2 journées feraient de 15 à 17km et pour les journées de 20 à 25km. Le rythme souhaité est d'environ 5km/h hors les prises de photo, les pauses techniques et du temps d'observation. Le but n'est pas la course, mais une marche dynamique.

DÉPART : Place de la Libération (parking Jeanne d'Arc derrière la médiathèque) ou sous l'espace Mellay (en cas de pluie) – CARQUEFOU **Rendez - vous :** En ½ journée : 13H15 – En journée : 8h45 (sauf mention particulière) – ☒ Retour vers 17h – 18h en journée ou 19h00 les week - end (ou plus suivant la saison)

PIQUE - NIQUE : A emporter pour les sorties en journée et en soirée

ÉQUIPEMENT : En hiver : bottes éventuellement, vêtements de pluie En été : protection solaire, chapeau ou casquette

PERSONNES INTERESSEES : Tout le monde y compris les enfants (se renseigner à chaque sortie)

Participation financière – tarif de l'activité : Pour toutes les familles, adhésion annuelle (par famille) 14,28 € (non imposable) ou 42€ (imposable sur le revenu). Cotisation individuelle au Groupe Nature 28 € Carquefou – 35 € Hors Carquefou.

L'adhésion familiale ALAC vous permet de bénéficier de l'assurance ALAC, souscrite dans le cadre de votre activité. Elle est valable du 01/07/2026 au 30/06/2027.

SORTIES EN WEEK - END/Semaine de plusieurs jours :

Réservation obligatoire, selon les sorties. Possibilité de rejoindre le groupe au lieu d'hébergement ou au point de départ de la randonnée (à convenir avec référent de la sortie).

INFORMATIONS : Par voie de presse, par messagerie électronique – Programme des sorties consultable sur le site [https://www.alac.asso.fr/ateliers - sports - adultes/](https://www.alac.asso.fr/ateliers-sports-adultes/)

EXTRAIT DU CODE DU RANDONNEUR : se reporter aux documents Charte du bénévolat , Règlement, encadrements et sécurité.pdf et Organisation des sorties WE et séjours du groupe randonnées et nature (disponible sur demande auprès du secrétariat de l'association)

Apprécier ses propres aptitudes en fonction du niveau de difficulté annoncé par message environ 1 semaine avant,

- Avoir un équipement adapté à la randonnée : vêtements, chaussures, boisson, nourriture, en fonction du temps et du terrain – Vous munir éventuellement d'un ou deux bâtons,
- Respecter les consignes de sécurité données par le référent en charge de la randonnée à qui il incombe de choisir la solution la plus sécurisée,
- Démarche d'observation de la faune et de la flore, de compréhension et de protection de l'environnement (ne laisser aucun déchet, emballage ... sur place),
- Respecter la propriété privée,
- Tout ce qui peut apporter un supplément sécuritaire : gilet sécurité, téléphone portable, GPS ...
- Éventuellement tenir son chien en laisse.

NB: Des randonnées complémentaires peuvent – être proposées en journées ou demi - journées.



GROUPE NATURE et Randonnées

Saison 2026 - 2027

Programme des randonnées pédestres

☎ : 02 40 52 64 68 Email : loisirs@alac.asso.fr

Site Internet : <https://www.alac.asso.fr/>

rubrique LES ACTIVITÉS SPORTIVES – GROUPE NATURE /RANDONNÉES PÉDESTRES

ALAC - Château de Florigny – 9 avenue des Argonautes – 44470 CARQUEFOU