



# GROUPE NATURE et Randonnées

## Programme des sorties pour la saison 2026/2027

| DATES                                                                    | DURÉE                   | DESTINATIONS                                                                                                    | Dpt      | RÉFÉRENTS                                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 13/09/2026<br><span style="color: red;">Reporté au<br/>20/09/2026</span> | 1 Journée               | BOUZILLE                                                                                                        | 44       | <u>Guilloux Catherine</u> - Laudrin Dominique - Fidon Laurence                                         |
| 24 - 25 -<br>26/09/2026                                                  | 3 jours<br>J - V - S    | La Barre de Monts<br>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<br>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 -<br>20H            | NANTES Rando de<br>Noël                                                                                         | 44       | <u>Rocheteau Daniel</u> - Guilloux Catherine - Laudrin Dominique - Fidon Laurence                      |
| 10/01/27                                                                 | 2x½<br>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<br>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<br>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 <sup>er</sup> au<br>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<br>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<br>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<br>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 <b>Thème concours photos : PORTAIL</b>                                                  |
| 22 Aout<br>3 sept 2027                                                   | 13 jours à<br>confirmer | COTENTIN ET<br>BESSIN                                                                                           | 50<br>14 | <u>Lebouvier Jean</u> et Marie Thé - Juton Dominique et Edith<br>Guilloux Catherine - Rouaud Marie     |
| Septembre<br>2027                                                        | 3 Jours à<br>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](mailto: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