



Bienvenue à l'association RandOcéane !

Vous souhaitez marcher en toute convivialité : RandOcéane vous propose tout au long de l'année diverses activités !

- **Randonnée pédestre** à la journée ou ½ journée : une sortie est programmée chaque dimanche ; deux sorties par mois sont programmées en semaine.
contact@randoceane.com
- **Rando-douce** : une sortie par mois
randodouce@randoceane.com
- **Marche aquatique – longue côte** : selon un planning établi chaque mois
longecote@randoceane.com
- **Marche nordique** : une sortie chaque samedi matin
marchenordique@randoceane.com
- **Marche rapide** : une sortie par mois
marcherapide@randoceane.com

L'adhésion à l'association permet à chaque adhérent de participer indifféremment à l'une ou l'autre de ces activités.

Des **randonnées thématiques, rando famille, des week-ends et séjours** sont également proposés en cours d'année.

Le programme complet des activités est élaboré par période de trois mois (à l'exception de la marche aquatique – longue côte qui est établi mois par mois) et **paraît dans le journal édité chaque trimestre.**

De plus, tout au long de l'année, les différentes informations intéressant les adhérents sont envoyées par mail par **Nicole Leperchey, Présidente de RandOcéane.**

Les inscriptions pour adhérer à l'association sont ouvertes à partir du mois de septembre, et sont possible dans la limite des places disponibles.

Vous devez vous présenter à une permanence, organisées pour recevoir toute personne intéressée par nos activités, qui ont lieu suivant un calendrier établi chaque année, consultable sur notre site <http://www.Randoceane.com>

Sachez également que, pour chacune des activités proposées, vous avez la possibilité de faire 3 essais ; la période pour les effectuer est fixée entre mai et septembre.