



Adresse postale : UFOLEP – ULCR, Château Betailhe, 72 Avenue de l'Eglise  
Romane – 33370 Artigues

Site web : [www.ulcr.fr](http://www.ulcr.fr)

**RANDONNÉES D'ENTRAÎNEMENT ET D'ENTRETIEN, du 25 septembre 2022 au 22 janvier 2023**

**voir informations importantes en bas de la page 3**

<i>Dates</i>	<i>Lieux</i>
Dimanche 25 septembre	Tauriac 16 km Regroupement : 8 h 45 Pont de Pierre Aller et retour covoiturage : 67 km
Dimanche 2 octobre 2022	St Medard d'Eyrans 15 km Regroupement : 8 h 45 Pont de Pierre Aller et retour covoiturage : 55 km
Dimanche 9 octobre 2022	Montpeyroux 19 km Regroupement : 8 h 45 Pont de Pierre Aller et retour covoiturage : 125 km
Dimanche 16 octobre 2022	Cerons 20 km Regroupement : 8 h 45 Pont de Pierre Aller et retour covoiturage : 76 km
Dimanche 23 octobre 2022	Floirac 18 km Regroupement : 8 h 45 Pont de Pierre Aller et retour covoiturage :
Dimanche 30 octobre 2022 <b>Attention : changement d'heure</b>	Montagne 19 km Regroupement : 8 h 45 Pont de Pierre Aller et retour covoiturage : 88 km
Dimanche 6 novembre 2022	Castillon 20 km Regroupement : 8 h 45 Pont de Pierre Aller et retour covoiturage : 102 km
Dimanche 13 novembre 2022	<b>Pas de randonnée</b>
Dimanche 20 novembre 2022	Verac 20 km Regroupement : 8 h 45 Ravezies Aller et retour covoiturage : 67 km
Dimanche 27 novembre 2022	Marsas 19 km Regroupement : 8 h 45 Pont de Pierre Aller et retour covoiturage : 65 km
Dimanche 4 décembre 2022	Saint Emilion 18 km Regroupement : 8 h 45 Pont de Pierre Aller et retour covoiturage : 72 km
Dimanche 11 décembre 2022	Donzac 17 km Regroupement : 8 h 45 Pont de Pierre Aller et retour covoiturage : 110 km
Dimanche 18 décembre 2022	Montussan 14 km Regroupement : 8 h 45 Ravezies Aller et retour covoiturage : 32 km
Dimanche 25 décembre 2022 Dimanche 1 <sup>er</sup> janvier 2023	<b>Pas de randonnée</b>
Dimanche 8 janvier 2023	St Médard en Jalles Gajac 17 km Regroupement : 8 h 45 Ravezies Aller et retour covoiturage : 30 km
Dimanche 15 janvier 2023	Bassens 11 km Regroupement : 9 h 15 Pont de Pierre Aller et retour covoiturage : 22 km
Dimanche 22 janvier 2023	Martignas 18 km Regroupement : 8 h 45 Pont de Pierre Aller et retour covoiturage : 44 km

# UNION LAIQUE DES CAMPEURS RANDONNEURS

Adresse postale : UFOLEP – ULCR, Château Betailhe, 72 Avenue de l'Eglise Romane – 33370 Artigues

## SEANCES DE MARCHE NORDIQUE, du 24 septembre 2022 avril au 28 janvier 2023

- **Inscription pour chaque séance** auprès de Jean Jacques MOZE (tel: 06 87 23 44 65).
- **Animateurs Brevet Fédéral:** J.Jacques MOZE, Patricia MUTTERER. Chrystel SINOIR
- **Rendez-vous à 9 h15 au point de regroupement**
- **Attention: les lieux de pratique peuvent changer suite à des arrêtés Préfectoraux, Municipaux ou simplement suite à des aléas climatiques. Veuillez consulter votre messagerie.**

<b>Dates</b>	<b>Lieux</b>
<b>Samedi 24 septembre 2022</b>	Souces du Peugue à PESSAC
<b>Samedi 1<sup>er</sup> octobre 2022</b>	Eglise Romane à ARTIGUES
<b>Samedi 8 octobre 2022</b>	Parc de Monsalut à CESTAS
<b>Samedi 15 octobre 2022</b>	Bois de Bordeaux Nord
<b>Samedi 22 octobre 2022</b>	Parc de la Burthe à FLOIRAC
<b>Samedi 29 octobre 2022</b>	Parc du Pinsan à EYSINES
<b>Samedi 5 novembre 2022</b>	Parc de Mandavit à GRADIGNAN
<b>Samedi 12 novembre 2022</b>	Bois de Bordeaux Nord
<b>Samedi 19 novembre 2022</b>	Parc de Monsalut à CESTAS
<b>Samedi 26 novembre 2022</b>	Eglise Romane à ARTIGUES
<b>Samedi 3 décembre 2022</b>	Parc du Pinsan à EYSINES
<b>Samedi 10 décembre 2022</b>	Parc de Mandavit à GRADIGNAN
<b>Samedi 17 décembre 2022</b>	Parc de la Burthe à FLOIRAC
<b>Samedi 24 décembre 2022</b> <b>Samedi 31 décembre 2022</b>	Pas de marche nordique
<b>Samedi 7 janvier 2023</b>	Sources du Peugue à PESSAC
<b>Samedi 14 janvier 2023</b>	Eglise Romane à ARTIGUES
<b>Samedi 21 janvier 2023</b>	Parc de Mandavit à GRADIGNAN
<b>Samedi 28 janvier 2023</b>	Bois de Bordeaux Nord

# UNION LAIQUE DES CAMPEURS RANDONNEURS

Adresse postale : UFOLEP – ULCR, Château Betailhe, 72 Avenue de l'Eglise Romane – 33370 Artigues

## Grille des tarifs de co-voiturage :

« Indemnisation » du conducteur du véhicule en fonction de la distance Aller-Retour entre le lieu de regroupement et le lieu de randonnée (calculé pour 4 personnes par véhicule) :

De 0 à 20 km	3 € par personne
De 21 à 40 km	4 € par personne
De 41 à 60 km	5 € par personne
De 61 à 80 km	6 € par personne

De 81 à 100 km	7 € par personne
De 101 à 120 km	8 € par personne
De 121 à 140 km	9 € par personne
Trajets supérieurs à 140 km	0,25 € par km par voiture

## Rappel des lieux de regroupement pour le co-voiturage :

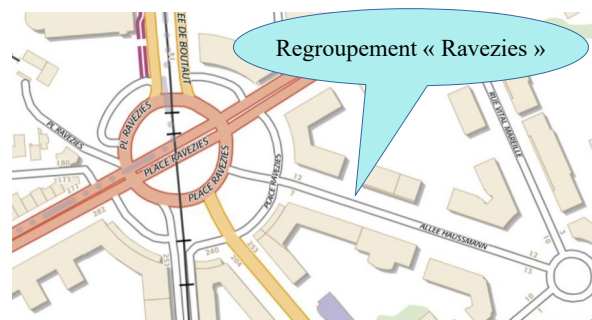
### Regroupement au " Pont de Pierre " :

Parking Rue de Sem, au pied du Pont de Pierre et de la Place Stalingrad, en rive droite, côté Gare d'Orléans (places disponibles et parking gratuit le dimanche). Plan ci-dessous :



### Regroupement à " Ravezies " :

Allée Haussmann en face de l'ancienne Gare Saint-Louis (places disponibles le dimanche). Plan ci-dessous :



## Informations importantes :

### **Obligations liées à la crise sanitaire**

**Les participants aux activités (randonnée ou marche nordique) devront apporter:**

- **leur masque (pour le covoiturage et sur les lieux de rendez vous).**
- **leur solution hydro-alcoolique.**

### **Obligations liées aux risques d'incendie**

- **Suite à des arrêtés Municipaux ou Départementaux, veuillez équiper vos bâtons de marche nordique ou de randonnée pédestre d'embouts caoutchouc adaptés pour pratiquer sur les chemins ou sentiers aménagés ou balisés.**