



PROGRAMME DETAILLÉ Janvier 2023



Repère	DATE	LIEU	ANIMATEUR	ACTIVITE/SPECIFICITÉ	Distance/dénivelé	KM A/R	COVOI- turage
1	Mardi 03 janvier	Raon-Aux-Bois	Alain	Randonnée	11 km, 300 m D.		
2	Samedi 07 janvier	La Pierre Leclair		Marche Nordique			
3	Samedi 07 janvier		Bernard P	Rando douce			
4	Dimanche 08 janvier		Bernard P	Sortie raquettes en mutuali- sation avec l'Astragale			
5	Mardi 10 janvier	Madonne-Et-Lamerey	Pascal P	Randonnée	9,7 km, 190 m D.		
6	Vendredi 13 janvier		Pascal P	Rando douce			
7	Samedi 14 janvier	La Pierre Leclair		Marche Nordique			
8	Mardi 17 janvier		Marie-Pierre	Randonnée			
9	Samedi 21 janvier	La Pierre Leclair		Marche Nordique			

10	Samedi 21 janvier		Marie-Pierre	Rando douce			
11	Mardi 24 janvier		Noël	Randonnée			
12	Vendredi 27 janvier			Rando douce			
	Vendredi 27 janvier	Hadol		Assemblée générale			
13	Samedi 28 janvier	La Pierre Leclair		Marche Nordique			
14	Mardi 31 janvier		Christian	Sortie raquettes			



PROGRAMME DETAILLÉ Février 2023



Repère	DATE	LIEU	ANIMATEUR	ACTIVITE/SPECIFICITÉ	Distance/dénivelé	KM A/R	COVOI- turage
15	Vendredi 03 février		Jean-Claude	Rando douce			
16	Samedi 04 février	La Pierre Leclair		Marche Nordique			
17	Mardi 07 février	Fontenay	Pascal P	11,3 km, 185 m D.			

18	Samedi 11 février		Alain	Rando douce			
19	Mardi 14 février	Epinal	Alain	Randonnée	12 km, 250 m D.		
20	Vendredi 17 février		Bernard P	Rando douce			
21	Samedi 18 février	La Pierre Leclair		Marche Nordique			
22	Mardi 21 février		Bernard G	Randonnée			
23	Samedi 25 février	Epinal	Alain	Rando douce	8 km, 120 m D.		
24	Mardi 28 février		Maurice	Randonnée			



PROGRAMME DETAILLÉ mars 2023



25	Vendredi 03 mars		Marie-Pierre	Rando douce			
26	Samedi 04 mars	La Pierre Leclair		Marche Nordique			
27	Mardi 07 mars		Chantal et Serge	Randonnée			

28	Samedi 11 mars	La Pierre Leclair		Marche Nordique		
29	Samedi 11 mars		Jean-Claude	Rando douce		
30	Mardi 14 mars		Bernard P	Randonnée		
31	Vendredi 17 mars		Pascal P	Rando douce		
32	Samedi 18 mars	Hadol		SENTIERS EN FÊTE		
33	Dimanche 19 mars	Hadol		SENTIERS EN FÊTE		
34	Mardi 21 mars		Maurice	Randonnée		
35	Samedi 25 mars	La Pierre Leclair		Marche Nordique		
36	Samedi 25 mars	Dounoux	Alain	Rando douce	8 km, 110 m D.	
37	Dimanche 26 mars		Bernard P	Initiation carte/boussole en mutualisation avec l'Astragale		
38	Mardi 28 mars	Domèvre-sur-Avière	Pascal P	Randonnée	11,300 km, 115 m D.	