**ADAPAR** Association affiliée à la FFRS pour les activités physiques à l’âge de la retraite

BALADES DU MARDI - ANNEE 2023

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Dates | Destinations | Lieu et heure | de départ | Véhicule | Responsable |
|  |  | Albertville | Ugine |  |  |
| 30/05/23 | Rognaix Circuit cascade du Bayet | 13h15 | 13h | VP | Bernadette  Dunand |
| 06/06/23 | Circuit du lac de Marlens Ste  Colombe | 13h | 13h15 | VP | Claude Girard. |
| 13/06/23 | St Jorioz les roseliéres | 13h15 | 13h | VP | Renée  Pernet |
| 20/06/23 | Circuit St Sigismond, Croix de l’orme le  Chosal retour par Letraz | 9h  Pique nique | 9h15 | VP | Renée Pernet. |
| 27/06/23 | N.Dame des Neiges  par Langon | 9h15  Pique nique | 9h | VP | Bernadette  Dunand. |
| 04/07/23 | Voie Romaine de Marthod  Départ : lac de Marthod | 9h  Pique nique | 9h | VP | Renée  Pernet |
| 11/07/23 | Tours en Savoie Chalet de la  Soplat | 13h15 | 13h | VP | Bernadette  Dunand. |
| 18/07/23 | Bozel cascade de Ballandaz | 9h15  Pique nique | 9h | VP | Claude Girard |
| 25/07/23 | Tamié , les Tuffières, le Fort | 9h 15  Pique nique | 9h | VP | Bernadette  dunand |
| 04/08/23 | Circuit Le Laisonnay depuis Champagny-le-Haut | **7h30**  Pique nique | **07h15** | **CAR** | Michelle Manus |
| 08/08/23 | Circuit sur les Hauts de Grésy | 9h15  Pique nique | 9h | VP | Renée  Pernet |
| 18/08/23 | Circuit aux Allues de Méribel | 09h15  pique nique | 09h00 | Mini car | Claude Girard |
| 22/08/23 | Le Nant Bellet | 9h15  Pique nique | 9h15 | VP | Bernadette  Et Renée |
| 29/08/23 | Ugine : Chemin du petit castor  Retour 12h | 9h | 9h15 | VP | Renée  Pernet |
| **01/09/23** | **Roselend : petite berge, grande berge** | **7h30** pique nique | **07h15** | **CAR** | Bernadette  Dunand. |
| 05/09/23 | Duingt : Chemin du calvaire | 9h  Pique nique | 9h15 | VP | Bernadette  Dunand. |
| 12/09/23 | Frontenex : la Tourmotte | 9h15 | 9h | VP | Renée  Pernet |
| 19/09/23 | Circuit Lac de Grésy | 9h15  Repas aub. Des pêcheurs | 9h | VP | Renée P.  Bernadette |
| Programme | Mis en page par Michelle , suppléante | si besoin ! |  |  |  |