

Tous les chemins mènent
à Pléneuf Val André...
... et surtout à

la Déferlante Rando !

DÉCOUVREZ LA RANDO SOUS TOUTES SES FORMES
Le dimanche 14 avril 2019
de 8h30 à 18h

NOUS VOUS PROPOSONS DES BOUCLES ACCOMPAGNÉES ET ENCADRÉES AVEC
DIFFÉRENTS CIRCUITS, DIFFÉRENTS KILOMÉTRAGES... TELS QUE :

Des lots
à gagner

Rando patrimoine, marche « Sur le chemin des saveurs locales »,
balade botanique, marche nordique, rando vélo...

TARIF : 5 € DONT 1 € REVERSÉ À LA SNSM (SAUVETEURS EN MER),
GRATUIT POUR LES MOINS DE 12 ANS

Vélos
à assistance
électrique
bienvenus

Nouveaux
circuits !!!



A VOS MARQUES,
PRÊTS ? MARCHÉZ !

VILLAGE ET ANIMATIONS SUR LA DIGUE DU VAL ANDRÉ...

Informations et inscriptions au 06-73-67-70-45 (Château Tanguy) ou deferlanterando@gmail.com

Pour toutes les randos, merci de vous présenter **20min** avant le départ (temps nécessaire pour l'inscription, remplir le règlement randonneur, informations...). Il est impératif d'avoir des chaussures adaptées à la marche ainsi qu'un bon coupe vent/pluie (et un vélo en bon état).

Tous les départs se font de la digue du Val André, face au casino.

Horaires départ / arrivée	Descriptif rando / balade	Avec qui ?
Départ : 8h30/Retour: 12h30 Départ : 14h /Retour : 18h	Rando Découverte de 15 Km entre terre et mer « Du Val André à Port Morvan»	Amicale Rando de Pléneuf
Départ: 9h /Retour: 12h30 Départ:14h /Retour: 17h30	Rando « Sur le chemin des saveurs locales » 11 km : Dégustation de produits locaux pendant la rando	Randonnons albanais et USP Rando
Départ: 9h Retour: 10h30	Balade Botanique 3 Km : A la découverte des plantes comestibles et médicinales	Florence GOULLEY d'Herbarius
Départ : 10 h Retour: 16h	A la découverte des îles merveilleuses du monde celte-8 km (Prévoir son pique-nique dans le sac à dos)	Brandu
Départ : 9h30/Retour :12h Départ:14h30/Retour :17h	Rando Patrimoine et Histoire 6 Km : « Vers le bourg de Pléneuf »	Amicale Rando de Pléneuf
Départ: 10h /Retour: 11h30 Prêt possible de casque/gilet Départ:14h30 /Retour:16h30	Jeux cyclistes sur la digue : Adultes-enfants de + de 10 ans «Circuit découverte» 28Km: Adultes Vélos à assistance électrique bienvenus !	ACPVA Amicale cyclotouriste de PVA / Casque et gilet fluo obligatoires
Départ : 9h30 / Retour : 12h Départ : 14h30 / Retour: 17h	Rando 8 Km « Entre Verdelet et golf »	Amicale Rando de Pléneuf
Départ : 14h30 / Retour : 16h30	Rando ludique « Game of thrones » 5 km-Public : 8-17 ans/ lots à gagner	Askoria St Brieuc
Marche nordique : Départ: 9h15 /Retour: 12h45 Départ: 15h /Retour:16h30	- Parcours initiés 15 Km - Découverte de la marche nordique (prêt de bâtons possible)	CPACE (Courir ensemble Côte de Penthièvre) Section Marche nordique
Départ : 9h / Retour : 12h Départ:14h30/Retour:17h30	Rando « Connexion avec la nature » le long de la Flora 6 km	Hélène BARTHES
En autonomie - Départ libre Pour la chasse au trésor : compter entre 1h30, avec un livret	-Chasse au trésor* au Val André et jeu de piste* au port de Dahouët -Rando « Santé » des 10 000 pas - 6 Km -Rando Poussette : pour les familles avec de petits enfants - 4 Km	CCHM - Château Tanguy et le bureau d'information touristique

Tarifs RANDO : 5€/adulte et gratuit pour les moins de 12 ans / * : 5€ par livret par groupe