



Dimanche 18 / 10 / 2026

Bonsoir,

Propositions de la semaine 43:

- **mardi 20 oct :** rando classique à **Beauvau** de 14,9km (possible 14) conduite par Marie Andrée et Sylviane.
Départ en covoiturage à 13h30 au 3 rue Charles de Gaulle à Beaufort et départ de la rando à **13h50** sur la place Ouvrard (devant la Mairie). **Deux groupes, 2 vitesses de marche**
Distance en voiture 18 km.

- **mardi 20 oct:** marche santé de 5km (aucun dénivelé) à Mazé conduite par Eric
Départ en covoiturage à 13h45 au 3 rue Charles de Gaulle à Beaufort et à **14h00** parking de la Guinguette la Parenthèse à Mazé
Distance en voiture 5 km

- **mercredi 21 oct:** **14h** Marche Nordique à Fontaine Guérin avec Eric et Jean Luc pour un **parcours nordique cool**.
Thème de la sortie : les moteurs de la propulsion, corps vers l'avant.
Passer devant le cimetière (à votre gauche) et monter vers le bois en prenant le ch. de Marigné sur 300m.

- **jeudi 22 oct: marche cool à Pontigné** vers Chandelais, 9.40 km conduite par Martine G.
Départ en covoiturage à 13h30 au 3 rue Charles de Gaulle à Beaufort et à 13h50 au parking de la salle des fêtes de Pontigné
Distance en voiture 21 km.

- **jeudi 22 oct:** dernière sortie longue côte 2026 à Pornichet, il reste quelques places voir le lien d'inscription sur le mail.

- **samedi 24 oct:** Bâtons Dynamiques et Marche Nordique à Jumelles Gué de Nouy
animateurs Anne Christine et Yves (MN) et Eric (BD)
Départ en covoiturage à **8h40** au 3 rue Charles de Gaulle à Beaufort et des randos à **9h** au gué de Nouy
Distance en voiture 18 km

- **samedi 24 oct :** **Initiation à la Marche Nordique** .
Rendez vous au préau chaumière de Gée à **14h**. Nous prêtons des bâtons.

- **dimanche 25 oct :** **randonnée Solidaire à Fontaine Guérin**, 8, 13 et 20 km - Circuit découverte de 3km à 10h.
Inscriptions de 8 à 10h30. Tarif : rando seule 5€ - rando + sandwich 7€ - rando + repas 13€
Départ en covoiturage à 8h00 au 3 rue Charles de Gaulle à Beaufort ou départ libre.

Pour votre agenda: le prochain Fast hiking de St Léonard des Bois dans les alpes mancelles aura lieu début février 2027. Qui veut s'y préparer ? (entraînement spécifique à prévoir . Contact : Eric)

Pour le covoiturage, j'arrive 10 mn avant l'heure de départ indiquée sur cette lettre

Beaufort Randos49 vous souhaite une bonne semaine