|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Lundi 30 janvier 09h30**  **Pierre Lisiane Marie Josy** | **Mardi 31janvier 09h00**  **Anita** | **Jeudi 02 février 13h30**  Anita Robert Gaby Michel Philippe | **Samedi 04 février 07h30**  **Roland Anita** |
| **Saint Michel en l’Herm**  **« Les Glaireaux salés »**  Marche bien être  Circuits de 03 à 06 km modulables  Allure libre  09h30: Rdv parking Espace Culturel | **L’Aiguillon sur Mer** Résultat d’image pour dégustation d'huitres. Taille: 281 x 160. Source: www.lafamilleboutrais.com  **« Le long du Lay vers la pointe »**  **11km environ**  **09h00** : Rdv parking   Espace Culturel  **09h20** : dpt Parking de office de Tourisme – Aiguillon sur Mer | **La Couture (vers Rosnay)**  **11/12km et 7/8 km**  **13h30 Rdv parking Espace Culturel**  **14h10: Rdv parking église de La Couture** | **La Rochelle**  **« Le Port des Minimes »**  **Superbe sortie !!!**  **13/15 km**  Eventuellement une escale déjeuner sur place.  **07h30** : Rdv parking esp. Culturel  **08h30** : rdv parking Port des Minimes |
| **Lundi 06 février 09h30**  **Pierre Lisiane Marie Josy** | **Mardi 07 février 09h00**  **Anita** | **Jeudi 9 février 13h30**  Anita Gaby Philippe Robert Michel | **Samedi 11 février 7h30**  Roland Anita |
| **Luçon (Les Guifettes)**  Marche bien être  Circuits de 03 à 06 km modulables  Allure libre  **09h30**: Rdv parking Espace Culturel  **09h45** : Parking Guifettes | **Grues**  **11/12km**  **09h00** : Rdv parking   Espace Culturel  **09h30** : dpt Parking mairie de Grues | **Longeville**  ***« Le Rocher »***  **11/12km et 7/8 km**  **13h30 Rdv parking Espace Culturel**  **14h10: Rdv parking du Rocher** | **Des Conches à Jard sur Mer**  Pracours en ligne à la déouverte du littoral  **12/14km**  **07h30** : Rdv parking esp. Culturel |