



Retraite Sportive Laval Agglo



La vallée de la Mayenne à pied ... à vélo ... en bateau

Jeudi 21 SEPTEMBRE 2023

Aviron : animateur : André Legendre 06 12 57 07 47

Cyclo route : animateur Jean François Pasquier 02 43 53 07 14

Vélo promenade : animateur Yvette Bescher 06 76 90 69 50

Rando Pédestre : animateur Marcel Landemaine 06 22 80 75 66

Matin : **Aviron** Rendez-vous 8h45 au club d'aviron

Cyclo route rendez-vous 8h45 Base Aviron

Vélo promenade départ 9h00 Ecluse d'Avesnières

Rando pédestre Rendez-Vous Parking Ecluse de la BENÂTRE
Départ de la rando 9h30 précise environ 10kms

12 h regroupement général Parking Écluse de la BENÂTRE

Apéritif offert, apportez votre pique nique et votre gobelet
Candidats seulement rando Après Midi (être présents à 13h)

13h30 Reprise des activités :
Aviron retour sur Laval
Cyclo retour sur Laval
Vélo retour par le halage
Rando: 9 kms environ

Inscription à envoyer à **Marcel LANDEMAINE**
Mail : **marcel.landemaine@orange.fr**
Avant le 13 septembre 2023 (impératif)

✂ ----- ✂
Journée du jeudi 21 Septembre 2023

Nom :	Nom :
Prénom	Prénom
N° licence	N° licence
Activité matin :	Activité matin
Activité après midi	Activité après-midi
Apéritif oui <input type="checkbox"/> non <input type="checkbox"/>	Apéritif oui <input type="checkbox"/> non <input type="checkbox"/>