

Vous souhaitez pratiquer
une activité adaptée
à votre condition physique ?



**Rando douce,
rando bien-être,
Rando Santé® :
laissez-vous tenter !**



Rando Santé®



Les clubs Rando Santé® de Gironde

Randosanté Bordeaux Métropole – Bordeaux

06 26 35 25 25 / mcdebiard33@mail.com

Vendredi matin

Balades Girondines – Lormont

06 51 05 02 54 / baladesgirondines@gmail.com

2 fois par mois le week-end

Rando Tresses – Tresses

06 72 22 09 68 / randotresses_michel.martet@orange.fr

Mardi ou vendredi

Union Sportive Cenon – Cenon

09 64 21 56 63 / claudemonier.rando@orange.fr

1 jeudi après-midi sur 2

Rando Val de Livenne – Val de Livenne

06 17 18 21 11

ASSM – Saint Médard en Jalles

05 56 05 04 58 / rando.51.gpb.33@gmail.com

Mercredi ou jeudi

Les Randonneurs de la Gouaneyre – Captieux

05 56 18 95 88 ou 06 72 60 93 19 /

lesrandonneursdelagouaneyre@laposte.net

Mardi et jeudi

Le label Rando Santé®, un gage de qualité

Randonner dans un club labellisé Rando Santé® de la FFRandonnée, c'est bénéficier d'un encadrement sécurisé par un animateur formé qui partage sa passion et ses découvertes suivant un cahier des charges précis et détaillé. C'est aussi s'assurer d'une activité physique encadrée, douce et adaptée aux possibilités physiques de chacun : le label, un gage de qualité