

MARCHE D'ENTRETIEN

Intérêt et description de l'activité

Intérêt :

Marche facile (dénivelé total : +70m) Cette marche peut être une préparation aux randonnées du jeudi ou se suffire à elle-même.

Description :

Cette marche s'effectue sur un parcours en boucle d'environ 6 à 7 km suivant quelques variantes (durée 1h30 à 2 h). Le point de départ restant le même, la marche pourra se faire soit dans un sens soit dans l'autre. La variété ne réside pas dans le paysage mais dans les différentes allures qui peuvent être adoptées, ainsi que dans l'agrément des conversations entre les participants.

Tenue et équipements nécessaires

Chaussures de marche obligatoires.

- Bâtons facultatifs mais conseillés.
- Eau en quantité suffisante.
- Vêtements adaptés aux conditions climatiques.
- Petit en-cas éventuel.