

Randonnée pédestre pour tous ... 'Bon Pied Bon Œil'

Les animateurs BPBO vous guident sur les chemins, partagent leur passion, vous renseignent sur l'histoire, le patrimoine naturel et culturel de notre région, sur des circuits créés ou déjà balisés. Notre rythme est de 4 à 5 Km/h ; 'Tonic'Rando' : 6km/h. Nos activités : 12 mois/12, les week-ends.

Conditions de participation : Lire le règlement intérieur BPBO disponible sur le site internet BPBO.

1/ Les personnes 'non adhérentes / non licenciées FFRP' peuvent participer à 1 rando 'demi-journée' moyennant une participation de 1,50€/pers et 2€/pers à 1 'rando à la journée' – Un seul essai (décision adhésion BPBO).

2/ Les personnes 'non adhérentes / licenciées FFRP' peuvent participer à toutes les sorties BPBO : 1€/pers./sortie.

Adhésion annuelle 'plusieurs formules' : Lire le règlement intérieur ou nous contacter.

Confirmez votre participation au 06 23 28 05 81 – 09 52 32 34 42 (de 19h à 20h) - skbpb62@gmail.com

Rendez-vous-Covoiturage - Poste du Mont-Liébaud à **Béthune, entre 7h15/8h30. Nous confirmer par mail ou/tél.**

Rendez-vous au départ de la randonnée est généralement sur la place communale : l'Église ou la mairie.

Frais partagés : Les personnes dans la voiture partagent les frais de carburant à 0,15€ le Km; aller-retour. (La participation pour ce service se doit au conducteur). Un changement de covoiturage s'effectue régulièrement de façon à continuer nos sorties dans la sérénité. Prendre des chaussures de rechange et monnaie.

- **« Balade douce »** : De **1h pour 3km** - 2 samedis / mois - RDV à 14h à la poste du Mt-Liébaud et à 14h15 au départ de la rando. Conseillée aux futures mamans, familles avec jeunes enfants, personnes en convalescence ...
 - **« Rando du samedi »** : De **2h pour 8km**. 1 à 2 samedi / mois - RDV à 14h à la poste du Mt-Liébaud et à 14h15 au départ de la rando. Rien de tel pour débiter l'activité. Animée par Jean Michel.
 - **« Rando matinale »** : Dim - De **3h / 3h30 pour 10 / 13 km** – Covoiturage - RDV 9h départ rando.
 - **Journée Rando - 1/mois** – **À la carte** - De **15 à 22 Km** – Circuit découpé souvent en 2 boucles (en 8), afin de favoriser les personnes effectuant des petites distances - Repas tirés du sac, à l'occasion 'estaminet'.
- Retour** : 16h max - Décal d'inscription : selon le programme.
- **« Tonic'Rando » - 1/mois** : Rando de **3h pour 14 / 16km**

Permanence « Point Info » : 1^{er} samedi/mois 10h/12h - Maison des Associations, Bd des Etats-Unis, Béthune.

Week-end Rando 2016/2017: Renseignement auprès de Sophie

Manif. Ext. : Nous participons aux interdubs et co-organisons des randos avec d'autres associations, communes ...

Formation FFRandonnée et BPBO : Renseignement auprès de Sophie

Conseil d'administration et Bureau : M-Claude DELOBEL, animatrice brevetée (06.76.61.66.48) – Jacques-Olivier LIS animateur 'Tonic'Rando' - Patricia FLOUW – J-Michel MARTIN - Philippe DEBERDT - Sophie KALINOWSKI Présidente, guide agréée, baliseur (06 23 28 05 81) - J-Michel LACHERIE Vice-Président, animateur, baliseur (06 33 62 99 38) – Dany SEAURAUX Trésorière – M-Elisabeth Vice-Trésorière, animatrice – Brigitte FARDEL secrétaire – Aurélie PILLIEZ Vice-Secrétaire, animatrice.

« FETE DE LA RANDONNÉE BON PIED BON ŒIL » 4 JUIN 2017 1^{ER} DIMANCHE DE JUIN. TOUTE LA MATINÉE

Conseils pratiques : **ÊTRE BIEN CHAUSSÉ** : Prévoir un vêtement de pluie, paire de bâtons, ... - Avant de partir prendre un solide petit-déjeuner (sucre lent) - Prévoir des fruits secs ou autres + sachets détrités.

Nous sommes en groupe : il est important de connaître ses capacités physiques (respect d'autrui, soi-même)

Attention : Veuillez nous contacter avant de vous déplacer sur le lieu de départ. Nous nous réservons le droit de modifier, de transférer ou d'annuler la sortie prévue, en raison des conditions climatiques ou autres forces majeures qui nous empêcheraient de randonner dans la sérénité et en sécurité. Merci d'avance de votre compréhension. Sophie KALINOWSKI

Siège de l'association "BON PIED BON ŒIL"

BD de Varsovie Bat 25 n°6 – 62400 BETHUNE – 09 52 32 34 42 - Portable : 06 23 28 05 81

E-Mail : skbpb62@gmail.com - <http://bonpiedbonoeil62.sportsregions.fr/>

Association de la loi 1901 n°11196 - Affiliée à la FFRandonnée pédestre n°04040



CALENDRIER TRIMESTRIEL n°3

Mars - Avril - Mai 2017

Association de randonnée pédestre découverte élue "club de l'année 2002" par le Conseil Général du Pas-de-Calais pour son programme étoffé de randonnées autour de la découverte de la nature et de notre patrimoine historique et culturel.

bon pied
bon œil

*Découverte du patrimoine
du Pas-de-Calais par ses
chemins de randonnée*

Bonnes randonnées et ...« bon pied bon œil » !! que du plaisir ...

