

Les Randonneurs Du Saintois

De la Flânerie bucolique à la marche sportive

Lundi
Rando bleue

8 km environ
3 km/h maximum

Randonnées pédestres

**Découverte des paysages
et des villages du Saintois**

Dimanche
Rando rouge

25 km environ
5 à 6 km/h

Vendredi
Rando jaune

2 à 4 km
Adaptée aux plus lents

Rando Santé®

**Marcher moins vite
et moins longtemps**

Mercredi
Rando verte

12 km environ
4 km/h maximum



**Le programme des randonnées, les cartes et brochures des circuits,
les publications, le journal pour enfants «Hector le castor»,
les modalités d'adhésion sont téléchargeables sur le site**

www.lesrandonneursdusainois.fr