

Association: Le Repère SCHIRMECK

LES ROSSIGNOLS: promenade des SENIORS

Programme JUIN 2019

**Lundi, 03: Guide: Philippe
De Saales au Voyemont.**

Itinéraire: à définir (environ 7 km).

13H15: parking de la salle des Fêtes de LUTZELHOUSE

13H30: parking place du marché à Schirmeck

14H00: parking de la gare à Saales

**Lundi, 10: Guide: Anne-Marie
Venez,on verra bien.....**

13H45: parking de la salle des Fêtes de LUTZELHOUSE

14H: parking place du marché à SCHIRMECK

**Lundi, 17: Guide:Philippe
Le temps des cerises à Westhoffen**

13H30: parking place du Marché à SCHIRMECK

13H45: parking de la salle des Fêtes de LUTZELHOUSE

14H15: parking de la salle des Fêtes de Westhoffen

**Lundi, 24: Guide: Jean-Marie
De la BRUCHE au SPERL**

13H45:parking place du Marché à SCHIRMECK

14H00: parking de la salle des Fêtes de Lutzelhouse

Rappel: Les promenades ne doivent pas dépasser 7km maximum,

et suivant la difficulté du terrain peuvent être plus courtes!

=====
=====
Évitez les chemins ou sentiers caillouteux!

**Prévoir impérativement une halte de 15 minutes à mi-parcours pour boire un coup,
manger un fruit ou autre remontant, lire un poème ou chanter avec Gabriele.**

**Au rythme du promeneur, la balade et les pauses ne devrait pas dépasser 3H.
et le retour aux voitures vers 17H**

Merci aux guides de bien vouloir tenir compte de ces recommandations

**Appel à de nouveaux guides pour ne pas toujours solliciter les 5 mêmes personnes
que je remercie pour leur dévouement aux Rossignols.**

Venez comme vous voulez, j'ai toujours du plaisir à vous retrouver.

Anne-Marie forever