

Randonnées pédestres : En théorie, une randonnée « touristique » est organisée régulièrement, en alternance avec une randonnée dite « locale » afin d'offrir une activité dominicale régulière. Sauf exception, les rendez-vous sont toujours fixés à 8h30 sur le Parking de l'Hôtel de ville de Beaumont - covoiturage: participation individuelle notée pour chaque sortie.

Marche nordique : fitness-outdoor ou gymnastique en extérieur, consistant à se propulser à l'aide de deux bâtons adaptés, comme pour le ski nordique.
- Séances « soutenues » tous les mercredis et samedis matins. Rdv à 9h30 à l'espace de verdure, rue L. et A. Roussel à Beaumont/Oise.
- Séances « Marche nordique Zen » tous les mardis matins. Rdv à 9h30 au Pk de l'Obélisque, rondpoint du pavillon de Paris, D64, en forêt de l'Isle Adam.

Randonnées douces : durée environ 2h, s'adressent aux personnes désirant faire des sorties faciles « moins vite - moins loin - moins longtemps ». Sauf exception signalée, les rendez-vous sont toujours prévus le samedi, sur le Parking de l'Hôtel de ville de Beaumont pour départ 14h
Randos douces « à l'extérieur de Beaumont », infos à venir.

Les personnes souhaitant recevoir le programme "version papier", peuvent remettre une enveloppe timbrée à leur adresse. Le programme "version numérique", est envoyé à votre adresse mail préalablement fournie à un responsable de UMOB-ReD.

Coordonnées des animateurs

Raymond Auriel (Ry)	06 86 88 72 10 - raymond.auriel@orange.fr
Alain Barrier (AB)	06 58 21 18 80
Jean Paul Bernard (JPB)	06 68 26 99 14
Jacques Doré(JD)	06 89 81 71 06
Michel Dupont (MD)	06 81 34 24 82
Anne Marie Dupont (AMD)	06 09 32 30 96
Nathalie Giusti NG	06 84 30 48 43
Isabelle Junik (IJ)	06 15 12 52 09
Chantal Lambert ChL	06 76 12 53 47 - clambert48@orange.fr
Philippe Pelletier (PhP)	06 60 13 62 26
Elsa Tirvaudey (ET)	06 24 14 16 98
Sandrine Marchand (SM)	06 46 73 65 17

UMOB Randonnées et Découvertes



Club affilié à la
Fédération française de la randonnée pédestre
et au Comité départemental du Val d'Oise.

PROGRAMME

Octobre – Novembre - Décembre
2024

Octobre

Samedi 5 : Octobre Rose - infos complémentaires à venir

Dimanche 6 : En forêt d'Halatte - **Interclub** - 5,10,15 ou 20 km
Inscriptions salle Salomon de Brosse à Mont la ville - Verneuil en Halatte - rdv 9 h pour 15 km - COV: 3 €

Dimanche 13: Fête de la campagne à l'Abbaye du Val à Mériel
rdv 9h gare d'Auvers - aller /retour 9 km - RTS ou resto rapide sur place - retour en commun 14 h - COV : 2 € - anim : Ch. L

Samedi 19/samedi 26: « l'Oustal » séjour en Aveyron : complet

Dimanche 20 : locale - anim : AMD

Dimanche 27: Méry/Oise - 12 km - rdv 9 h place de la mairie
Anim JPB - COV : 2 € - Att : heure d'hiver

Novembre

Dimanche 3 : Les étangs de Commelles - 12 km - rdv 9h pk haut château de la Reine Blanche à Coye la forêt- anim: Ry - COV: 2€

Dimanche 10 : Locale - anim : AB

Dimanche 17 : Marche du Vexin - **interclub** - 8, 13 ou 18 km-
rdv 9h pour 13 km - mairie de Chars - COV: 3 €

Jeudi 21 : soirée « beaujolais nouveau » - Infos à venir

Dimanche 24 : Circuit en Forêt de Coye/ Hérivaux - 14 km -
rdv 9 PK de l'église de Luzarches - anim : SM - COV 2 €

Décembre

Dimanche 1: Abbaye de Maubuisson- 12 km - rdv 9 h bd Ducher
Saint l'Aumône - anim JPB - COV 3 €

Dimanche 8: « sur les pas de Jules Vernes » à Amiens -
voir fiche pré-inscription

Dimanche 15: Frouville - 13 km - rdv 8h45 à l'Eglise - anim: IJ COV2 €

Dimanche 22 : Isle Adam - 12 km - rdv 9 h - lieudit Table de Cassan
D922 en forêt - anim : Ch.L - COV 1

Dimanche 29 au 2 janvier: séjour en Sologne - complet

Dates à retenir pour 2025

- **Vendredi 17 janvier** - Assemblée Générale Ordinaire 2024
- **Dimanche 23 mars** - 33 ème Beaumontoise - réservez votre journée
- **Pentecôte** - Weekend à Armeau (en Bourgogne) à l'étude

RTC = Repas Tiré du Coffre - **RTS : Repas Tiré du Sac**
COV : participation individuelle au co-voiturage

Randos douces : sauf indication contraire, tous les samedis -
rdv 14 h pk de la mairie de Beaumont - anim : JD - PhP - ET - Ry