

La Journée départementale de randonnée est ouverte à tous. Amis randonneurs vous devez vous conformer aux règles du Code Rural, de la route, respecter les propriétés privées et la nature pendant le déroulement de la manifestation.

Le Comité a souscrit une assurance « Responsabilité Civile et Accidents Corporels » auprès de la Fédération Française de la Randonnée Pédestre pour chaque participant inscrit.

Nos partenaires de la Randonnée, Santé, Environnement sont là pour vous conseiller dans la pratique de la randonnée sur les sentiers et autour de Lézignan .. vous pourrez revenir pour de prochaines sorties.

INSCRIPTIONS

Inscriptions ouvertes à partir du 1^{er} Juillet 2019, sur le site auderando.fr ou par téléphone au 04 68 47 69 26. Vous pouvez aussi vous inscrire sur place.

+ D'INFOS :
Fabienne POINCIN / 06 77 13 01 78
Pierre CLARETO / 06 60 23 37 99

COMITÉ DÉPARTEMENTAL DE RANDONNÉE PÉDESTRE DE L'AUDE

Maison des Sports - 8 rue Camille Saint Saëns 11000 CARCASSONNE

Tél : 04 68 47 69 26

auderando.fr

audefrandonnee.fr



FÊTE DE LA RANDONNÉE PÉDESTRE DE L'AUDE



**DIMANCHE
13 OCTOBRE
2019**

Lézignan-Corbières



ACTIVITÉS RANDOS

7h45/14h30

• **Accueil à partir de 7h45**
PALAIS DES FÊTES DE LÉZIGNAN-CORBIÈRES (1 av. Foch)
Inscriptions 2 € licenciés / 3 € non-licenciés / gratuit pour les mineurs / TOMBOLA

• **Départs randos de 8h30 à 10h**
Accompagnement par les clubs de la MJC
Lézig'zagueurs et Rando Montagne

• **Repas 12h**
Plateau repas 10 € sur inscription avant le
30/09/2019 - 12 € sur place

Cette Journée Départementale sera le reflet des différentes pratiques de randonnée et de la préoccupation constante de l'environnement nature, du sport bien être et de l'attractivité touristique.

• **Longe-côte 13h30**
Parcours d'initiation Longe-Côte marche aquatique au Lac de Jouarres

• **Marche Nordique 14h**
Parcours d'initiation marche nordique

• **Tirage tombola 16h30**

• **Cérémonie de clôture 17h**
Allocutions et vin d'honneur offert par la
Municipalité de Lézignan-Corbières

EN +

• **Exposition**
« Extraordinaire histoire du mètre » de Patrick VALETTE.
Visite commentée par l'exposant à 16h.

- 8h30 Rando accompagnée ou libre de 18 km (apporter son pique-nique)
- 9h Rando accompagnée ou libre de 12 km
- 9h30 Rando accompagnée ou libre de 8 km
- 10h Rando santé® et handicap (avec joëlette) de 6 km

Activités du Comité Départemental Randonnée Pédestre de l'Aude :
• RANDONNÉE PÉDESTRE (Fédération délégataire de la Jeunesse et des Sports)
• LONGE-CÔTE - MARCHÉ AQUATIQUE® (Fédération délégataire de la Jeunesse et des Sports)
• MARCHÉ NORDIQUE • RANDO CHALLENGE® • RANDO SANTÉ®



STANDS PARTENAIRES

11h/17h

VILLAGE ENVIRONNEMENT

- Office National des Forêts
- Comité CCFF - (feux de forêts)
- LPO
- Pays Touristique Corbières Minervois
- Aude Nature

VILLAGE SANTÉ

- Gée de l'Aude Ecodiv - moustique-tigre
- France LYME
Maladies vectorielles à tiques
- Ligue Contre le Cancer
- VIASANTE Mutuelle
Convention réduit tarif aux randonneurs
- Comité Handi Sport

VILLAGE RANDONNÉE

- Ateliers Lecture de carte et GPS
- Librairie Randonnée
Topo Guide + Passion Rando
- Activités et formation des animateurs - informations
- Le site Fédéral Mon GR® (mongr.fr)
- Stand du Comité Départemental de Randonnée Pédestre

VILLAGE PARTENAIRES

- Intersport
- Chai des vigneron
- divers ...