

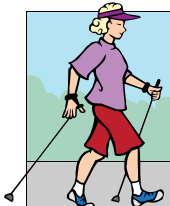
Activités sportives :

- **Randonnées pédestres** : Départs de Sorbiers
 - **Mardi après-midi** : départ 13h30 Parking de l'Aréna
 - 7/9 km 1 groupe « les marmottes »
 - 11/13 km 1 groupe « les chamois »
 - **Jeudi après-midi** : départ 13h30 Parking de l'Aréna
 - 11/13 km 1 groupe « les écureuils »
 - 13/18 km 1 groupe « les renards »
 - **d'Avril à Octobre** : randos à la journée suivant programme.
- **Dimanche matin pour tous** : possibilité de participer aux randonnées proposées dans le guide FFRP de la Loire

Pas d'obligations :

au choix de sa forme, on peut aller d'un groupe à l'autre.

- **Marche Nordique** :
 - **Lundi et Vendredi matin** : RDV à 08h30
départ : Parkings à définir.
 - 3 animateurs
 - Horaires séance : de 8h30 à 11h30 avec échauffements et étirements*
- **Rando Santé** :
 - **le jeudi matin** : départ 8h30/9h Parking de l'Aréna
parcours adaptés pour convalescents ou reprise d'activité.
- **Nos sorties** :
 - **treks, séjours rando, séjours rando+tourisme de 3 à 10 jours** :
au printemps, en été et automne
- **Nos sorties Raquettes** :
 - 2 ou 3 jours en février ou mars
- **Tarifs, formalités d'adhésion, n°utiles** : voir au dos



Nos incontournables :

- . **Repas des rois** : début janvier
- . **Soirée reportages** :
 - vie du club : activités, randos et voyages
- . **Notre journée du 08 mai** : 6 circuits de Randos + animations
- . **Pique-nique** : début juillet
- . **Repas d'Automne** : randonnée + repas au restaurant
- . **Marche pour la lutte contre le Cancer** :
 - MVS participe à cette organisation intercommunale
- . **Téléthon** :
 - sous l'égide de l'Elan pour la Vie, MVS gère une Marche de Nuit avec vin chaud et assiette chaude à l'arrivée + 1 marche de jour



Notre Topoguide :

- En vente au public à l'OT de Sorbiers et les OT de la région
- au tarif de 7 €
- Nous balisons et entretenons les sentiers ainsi répertoriés.

Notre site Internet : www.mvssorbiers.com

Adresse mail : mvs.sorbiers42@gmail.com