



Rando Montfermeil



Rando Santé® .
Rando douce . Rando Dynamique .
Rando Découverte & Patrimoine .



Randonnée Santé® $\approx$ 5/6 km.

Les lundis après-midi. Pour permettre à tous de reprendre ou de continuer à pratiquer une activité physique.

Randonnée Douce Mercredi $\approx$ 14/15 km.

Les mercredis, Prévoir pique-nique.

Randonnée Douce Dimanche.

Deux dimanches par mois.

Randonnée Dynamique $\approx$ 18/20 km.

Les mercredis, Une fois par mois une randonnée est proposée dans le massif de Fontainebleau. Prévoir pique-nique.

Randonnées Découverte & Patrimoine.

Sont l'occasion de découvrir les richesses méconnues de notre région.

<http://randomontfermeil.free.fr>



Contact: Manuel PEREIRA 06 76 08 86 43
m.pereira1961@laposte.net