Randonnée pédestre

ACCESSIBLE À TOUS

La Randonnée pédestre, sport d'endurance doux, se pratique sans limite d'âge car il suffit d'adapter la distance et le dénivelé à sa condition physique. Sa pratique régulière améliore la capacité respiratoire et fortifie le cœur.

HORAIRES

RANDO SANTÉ

Elle s'adresse à des personnes sédentaires, aux capacités physiques diminuées et/ou atteintes de maladies chroniques (reprise le mardi 17 septembre 2019). Pas de pré-inscription , inscription directement sur place à l'accueil Info-Sport à partir de septembre 2019.

ÉQUIPEMENT

Chaussures de randonnée obligatoires.

ADHÉSIONS (LICENCE COMPRISE)

Semaine : 41 €

À SAVOIR

Planning à retirer mi-août auprès des hôtesses d'Info-Sport et consultable sur le site internet : http://randonnee.levallois-sporting-club.fr

CONTACTS

Président : **Alain Espenel**
Tél. : **06 24 54 78 98**
E.mail : **rando@levallois-sporting-club.fr**
Site Internet :
http://randonnee.levallois-sporting-club.fr