

OPAD
L'association des seniors dijonnais

CYCLE AUTOMNE 2026 -

SORTIES PÉDESTRES
OCTOBRE/NOVEMBRE/DÉCEMBRE

4 KM



OPAD Cour du Caron 21000 DIJON
accueil@opad-dijon.fr + 03 80 70 02 03 + opad-dijon.fr

Nous vous proposons **CHAQUE MERCREDI*** des sorties de 4 km.

Les chaussures de randonnées à semelles rigides sont obligatoires (tiges hautes conseillées) afin de garantir une bonne sécurité de marche (surtout en période hivernale). Pensez à prendre une paire de chaussures propre pour le retour en bus. Nous vous conseillons d'apporter vos **bâtons de marche** ainsi que le **nécessaire**, en cas de pluie ou de froid, et d'un sac à dos avec de l'eau et de quoi grignoter.

Rendez-vous fixé à 13h45 PRÉCISES (bus unique) place Darcy (derrière l'agence DIVIA).

Le bus n'attendra aucun retardataire.

Le retour se fait uniquement place Darcy (au plus tard à 16h30).

Les accompagnateurs bénévoles encadrant peuvent annuler une sortie (au moment du départ) ou proposer un parcours de repli (Combe à la Serpent) en fonction des conditions climatiques et/ou pour des raisons de sécurité. Veuillez avoir sur vous une pièce d'identité (ou la carte OPAD) ainsi que les coordonnées d'une personne à prévenir en cas de problème.

7 octobre	FLAVIGNEROT (la rente neuve) COUCHEY (le plateau - table panoramique)
14 octobre	FIXEY MARSANNAY-LA-CÔTE
21 octobre	REULLE VERGY - CURTIL VERGY - REULLE VERGY
28 octobre	CHAIGNAY FORÊT DOMANIALÈ DES LAVEROTTES
4 novembre	MOULIN D'AHUY
18 novembre	FLAVIGNEROT (les croix des tilleuls) FLAVIGNEROT (la rente neuve)
25 novembre	FÔRET COMMUNALE DE PASQUES
2 décembre	FLAVIGNEROT LE MONT AFRIQUE (versant Sud)
9 décembre	CHENÔVE (plateau) MARSANNAY-LA-CÔTE (salle polyvalente)
16 décembre	BASSINS D'ARC-SUR-TILLE



*Pas de sortie prévue
le 11 novembre (férié).



Accompagnateurs :
Elisabeth, Guy, Solange, Véronique