

SORTIES  
PÉDESTRES - 4 KM

OPAD  
L'association des seniors dijonnais



CYCLE PRINTEMPS 2026  
AVRIL / MAI / JUIN

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 ainsi que les coordonnées d'une personne à prévenir en cas de problème.

**1er avril**

**LES BASSINS DE REMILLY-SUR-TILLE**

**15 avril**

**SORTIE À LA JOURNÉE : BÈZE ET LUX**

**22 avril**

**CHENÔVE / MARSANNAY-LA-CÔTE**

**29 avril**

**SAULON-LA-RUE / NOIRON-SOUS-GEVREY**

**6 mai**

**BAULME-LA- ROCHE**

**20 mai**

**MESSIGNY-ET-VANTOUX : SAINTE ANNE**

**27 mai**

**CORCELLES-LÈS-MONTS / PLATEAU DE COUCHEY**

**3 juin**

**LES BASSINS DE MAGNY-SUR-TILLE**

**10 juin**

**PLOMBIÈRES-LÈS-DIJON : LA RENTE DU FAYS**

**17 juin**

**VANTOUX / MOULIN D'AHUY**

*\*Pas de sorties prévues les 8 avril et 13 mai en raison des vacances scolaires et jours fériés*

**Accompagnateurs :**  
Elisabeth, Guy, Solange, Véronique