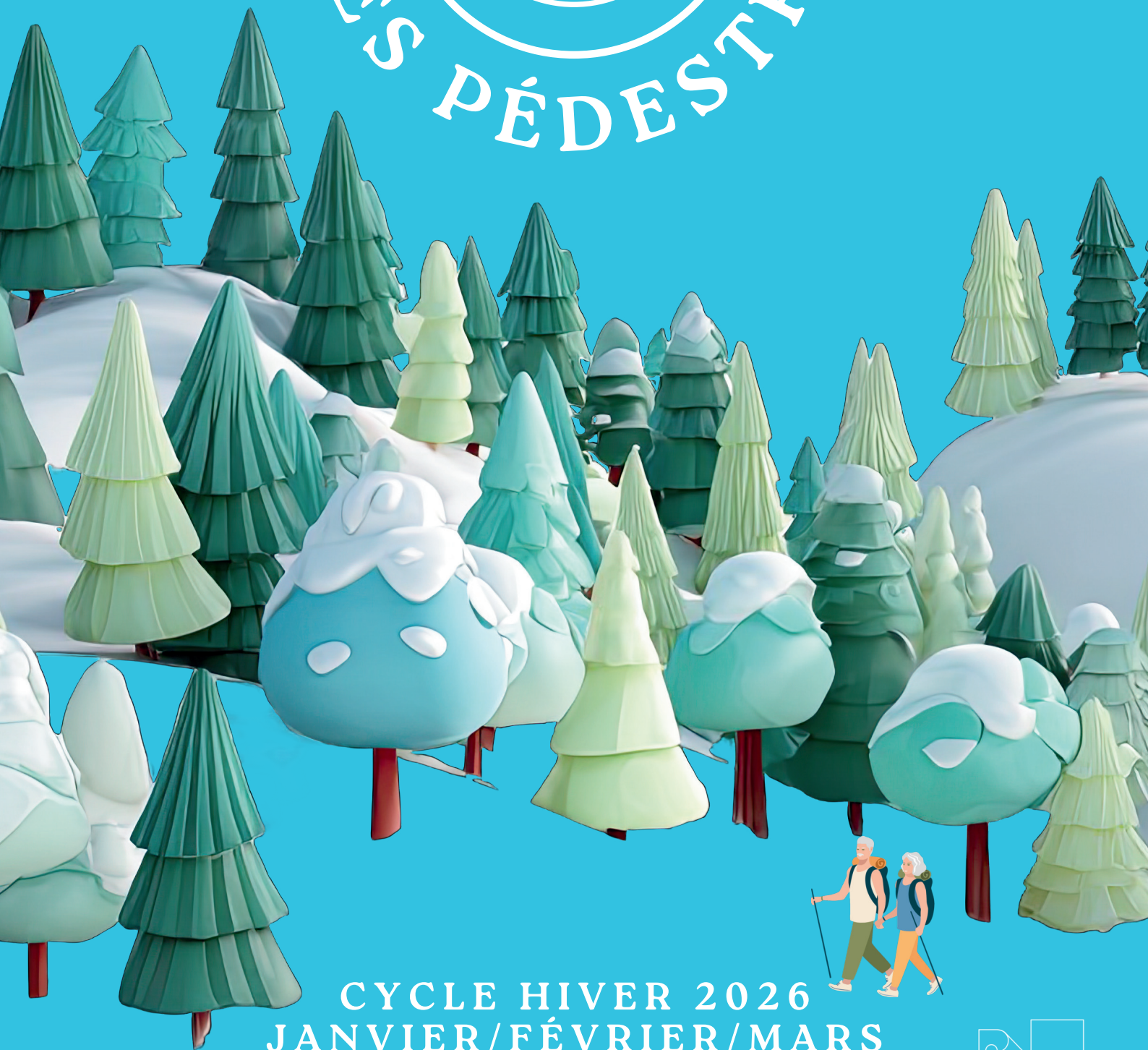


# SORTIES PÉDESTRES - 4 KM

OPAD  
L'association des seniors dijonnais



CYCLE HIVER 2026  
JANVIER/FÉVRIER/MARS

OPAD Cour du Caron 21000 DIJON  
[accueil@opad-dijon.fr](mailto:accueil@opad-dijon.fr) + 03 80 70 02 03 + [opad-dijon.fr](http://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 janvier**

**Plateau de CHENÔVE (centre équestre)**

**14 janvier**

**Forêt de CHEVIGNY-SAINT-SAUVEUR**

**21 janvier**

**ARC-SUR-TILLE et ses bassins**

**28 janvier**

**FENAY (la sans fond)**

**4 février**

**DIJON (fort de la Motte Giron)**

**25 février**

**Les dessus de TALANT**

**4 mars**

**FIXIN - MARSANNAY-LA-CÔTE**

**11 mars**

**MÂLAIN (le tour du Mont Chauvin)**

**18 mars**

**CLÉNAY (sortie jonquilles)**

**25 mars**

**MARSANNAY-LA-CÔTE (la combe du pré)**