

A la découverte de notre beau pays

Amies et amis randonneurs,

Vous aimez la marche et l'ambiance d'un club Pro Senectute mais votre corps vous restreint dans son intensité. Vous ne cherchez pas la performance mais le plaisir de partager une journée de marche en bonne compagnie.

Vous souhaitez aussi découvrir de « beaux coins » du Valais et occasionnellement des cantons environnants. **Les balades ne dépassent pas 2 à 3 heures de marche effective. Elles reprennent, tous les mardis dès le 17 août 2021 selon le programme.**

Alors n'hésitez pas à nous retrouver équipés (bons souliers, vêtements adaptés, bâtons, boissons et pique-nique). La balade est adaptée à chaque participant valide. Départ dans la matinée; le retour est prévu en fin d'après-midi.

Le comité et les moniteurs vous renseignent volontiers :

Véronique Crettaz Présidente et monitrice	Rue de la Californie 4 076 560 31 66	1958 St-Léonard veroreichler@hotmail.ch
Myriam Aubert-Yerly Secrétaire et monitrice	Chemin des Nendards 10 B 079 213 73 16	1964 Conthey myriam.aubert-yerly@bluewin.ch
Yvonne Tissot Caissière	Rue des Casernes 31 076 306 44 20	1950 Sion yhtissot@gmail.com
Marie-Hélène Pannatier Monitrice	Rue du Stade 7 079 746 43 48	1950 Sion mhpannatier@gmail.com
Michel Fournier Membre	Rue des Aubépines 15 079 306 95 65	1950 Sion fournier.michel@bluewin.ch
Margot Melly Membre	Rue Ste Marguerite 1 079 738 18 54	1950 Sion melly.margot@gmail.com

Le groupe vous attend en toute simplicité et convivialité. Le programme détaillé et les conditions de participation aux sorties sont délivrés, dans la mesure du possible, par les moniteurs la semaine précédant la sortie en question.

Cotisation annuelle pour 2021 : Fr. 30.-

Au plaisir de vous retrouver pour bouger et passer un agréable moment ensemble.

Sion et environs, août 2021

Votre comité

Déplacements : Groupés en car postal, train ou car privé selon la destination
Assurances : Les participants ne sont pas assurés. Ils veillent à être au bénéfice d'une couverture accident y compris transport.

Notre blog internet : <https://leszigzagueurs.wordpress.com>

Sport et Mouvement

**PRO
SENECTUTE**
PLUS FORTS ENSEMBLE

Groupe de marche douce de Sion et environs

Programme du 2^e semestre 2021





ZigZag, marche douce du mardi : sorties 2^e semestre 2021



Date	Destination	Heure de RdV	Marche sans les arrêts Durée	Dénivelés cumulés montée	descente	Altitude max.	Arrivée Sion heure	Prix de la sortie Demi T.
17.08.21	Ovronnaz - Bisse de Pathier - Mayens de Chamoson	9h15	2h45	179 m	364 m	1463 m	17h41	20.-
24.08.21	Col de la Forclaz - Bisse Trient - La Forclaz (car privé)	9h00	2h45	157 m	157 m	1627 m	17h00	30.-
31.08.21	Eison - Trogne - Suen (St-Martin)	10h15	2h00	119 m	342 m	1651 m	17h57	20.-
07.09.21	Mottec - Forêt des Morasses - Grimentz	9h15	2h30	260 m	277 m	1590 m	17h21	25.-
14.09.21	Steinmatten - Ze Binne (lac) - Binn (car privé)	9h00	2h30	175 m	67 m	1405 m	17h00	35.-
21.09.21	Finhaut - Les Marécottes	9h30	2h30	154 m	347 m	1306 m	17h24	20.-
28.09.21	Nax - Bisse et dolines - Nax	10h00	2h30	259 m	258 m	1400 m	17h57	20.-
05.10.21	Zinal - Les Plats de la Lé - Zinal	9h15	2h30	117 m	117 m	1738 m	17h00	25.-
12.10.21	Rarogne - San German - Baltschieder	9h15	3h00	306 m	291 m	905 m	17h31	20.-
19.10.21	Villeneuve - Les Grangettes - Bouveret (repas + bateau)	9h00	2h30	28 m	29 m	379 m	18h19	30.-

Vos moniteurs vous accompagnent et vous renseignent la semaine précédente sur les sorties suivantes.

Ce programme pourra être adapté aux conditions particulières du moment.

Coûts des sorties (sauf sorties uniques) : Plein tarif = x 2 / Avec AG : 5.-

*Edition du
5 août 2021*