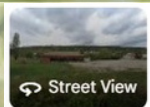


À COMPTER DU 19 SEPTEMBRE 2026

Rendez-vous à la halle à Allamps
À 10H - GRATUIT



Allamps
54112
48.545311, 5.812507



1 GROUPE DE COURSE À PIED
1 GROUPE DE RANDONNÉE

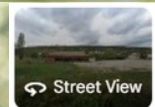
Bougeons sur Meine

SORTIES CONVIVIALES, SANS COMPÉTITION
OUVERT À TOUS NIVEAUX

Renseignements au dos

À COMPTER DU 19 SEPTEMBRE 2026

Rendez-vous à la halle à Allamps
À 10H - GRATUIT



Allamps
54112
48.545311, 5.812507



1 GROUPE DE COURSE À PIED
1 GROUPE DE RANDONNÉE

Bougeons sur Meine

SORTIES CONVIVIALES, SANS COMPÉTITION
OUVERT À TOUS NIVEAUX

Renseignements au dos

Footing et/ou Marche tous les 15 jours

GRATUIT

Ouvert à tous et non compétitif

Ce rassemblement sportif aura lieu tous les 15 jours, le samedi, à 10h avec un point de rendez-vous à la **halle à Allamps**.

Les participants effectuent un parcours en groupe sur voie publique (trottoirs, chemin forestiers, etc.), sans blocage de circulation, sans chronomètre ni classement. L'encadrement est réalisé par les membres de l'association et des bénévoles.

L'objectif est de favoriser l'activité physique accessible à tous dans une ambiance conviviale et en sécurité.

Un briefing de sécurité est donné en amont de chaque séance (rappel des règles de sécurité routière, autonomie des participants, recommandations en cas de fatigue ou quelque complication).

Le parcours varie tous les 15 jours et reste limité à une distance inférieure à 10 km pour le moment.

Le départ se fait en deux groupes distincts, un en marche, un second en footing.

La participation est libre, sans inscription préalable.

Les informations sur chaque sortie seront communiquées sur les réseaux sociaux de l'association (facebook et instagram).

Informations de contact :

Allamps via l'association Coeur de Maine :

Bougeons sur Maine

Adresse : Halle - rue Clemenceau - 54112 Allamps

Référent course à pied : Mr Jessy FERNAND – 06/19/88/10/13

Référent randonnée : Mr Jérémy GUIBERT – 06/59/02/17/76

Rendez -vous le : **19 sept à 10h**

(Durée 1h) - Première Sortie : l'Etange



Footing et/ou Marche tous les 15 jours

GRATUIT

Ouvert à tous et non compétitif

Ce rassemblement sportif aura lieu tous les 15 jours, le samedi, à 10h avec un point de rendez-vous à la **halle à Allamps**.

Les participants effectuent un parcours en groupe sur voie publique (trottoirs, chemin forestiers, etc.), sans blocage de circulation, sans chronomètre ni classement. L'encadrement est réalisé par les membres de l'association et des bénévoles.

L'objectif est de favoriser l'activité physique accessible à tous dans une ambiance conviviale et en sécurité.

Un briefing de sécurité est donné en amont de chaque séance (rappel des règles de sécurité routière, autonomie des participants, recommandations en cas de fatigue ou quelque complication).

Le parcours varie tous les 15 jours et reste limité à une distance inférieure à 10 km pour le moment.

Le départ se fait en deux groupes distincts, un en marche, un second en footing.

La participation est libre, sans inscription préalable.

Les informations sur chaque sortie seront communiquées sur les réseaux sociaux de l'association (facebook et instagram).

Informations de contact :

Allamps via l'association Coeur de Maine :

Bougeons sur Maine

Adresse : Halle - rue Clemenceau - 54112 Allamps

Référent course à pied : Mr Jessy FERNAND – 06/19/88/10/13

Référent randonnée : Mr Jérémy GUIBERT – 06/59/02/17/76

Rendez -vous le : **19 sept à 10h**

(Durée 1h) - Première Sortie : l'Etange

