

Lundi à 9h, départ parking du vélodrome, randonnée santé douce, 1H au parc de Manéhouarn.
Mercredi à 9h marche nordique douce, 2 h à proximité de Plouay, lieu départ fixé par Guy.
Mercredi à 13h30 Maison des Associations, 52 rue Paul Ihuel. 3 groupes, circuit de 9 à 11 km, un raccourci prévu de 7 à 8 km moins rapide et marche nordique de 12 à 13 km, plus sportive.
Dimanche, 1 sur 2, à 8h45 de la Maison des Association, circuit de 10 km et marche nordique 12 km.
Voir le programme sur internet : site « Familles Rurales Plouay » ou les journaux du mardi ou samedi.

Avril 2024
Sauf imprévu

- Mercredi 03** Covoiturage **0,50 €** guidé par Daniel, Guy, Albert Didier
Calan, Kerchopine, Manéduel : départ parking de Kerchopine face restaurant, voie verte, bourg de Calan, Guernalan, Kerhalloc'h, Manéduel, centrale électrique, carrière, Croix de Kérihuél, Poulgourio.
Distance 9,8 ou 8,0 km, dénivelé 95 ou 85 m.
- Mercredi 10** Covoiturage **00 €** guidé par Daniel, Guy, Albert Didier
Plouay, Kerdrého : Départ du local, Kérandor, Kerdrého, voie ferrée, Le Crano, Kerprat Vihan, vers Kergant, Saint Coff, Kerdrého Vihan, Pont Simon, la Grotte, ruisseau de Kéramont .
Distance 9,9 ou 8,1 km, dénivelé 76 ou 65 m
- Samedi 13 Dimanche 14 Rando WE** Covoiturage inclus **départ local à 11h00, 68 km**
Guidé par Bernard et Monique, Daniel et Guy. Géré par Michel.
Réunion prévue avec les participants. pour des précisions.
Huelgoat : Samedi distance 10,9 ou 8,3km, dénivelé 167 ou 111m.
Mont d'Arrée : Dimanche 16 ou 13km dénivelé 260 ou 234m.
- Mercredi 17** Covoiturage **0,80 €** guidé par Françoise & Jacqueline, Guy, Albert & Didier
Plouay, Stang Varic : Départ Parking chapelle Vrai Secours, Ty Henry, voie ferrée, pont Crano, pont Stang ar Varic, vers Mané Bihan, Mané Blaye, Penhoët Organ, La Gare, voie ferrée GR 38, Ty Henry.
Distance 9,6 ou 8,2 km, dénivelé 136 ou 114 m
- Lundi 22** Covoiturage **1,80 €** guidé par les guides de Bubry
Bubry, Randonnée du canton : Départ parking du cimetière. Trois circuits, Botbanalec, moulin de Perros, Lanquenec, Guerjean, Trévengard, St Trémeur, Kerscaven.
Distance 8 ou 10 ou 12 km, dénivelé 134, 143 ou 165 m.
Pot offert par la mairie de Bubry à l'arrivée.
- Dimanche 28** Covoiturage **1,20 €** guidé par Daniel et Guy
Inguiniel, Moulin du Herveno : Départ parking de l'église, Kergall Vraz, Mané Goff, Penhouet St Lалу, près Moulin Neuf, moulin de Herveno, le Scorff, Le Herveno, Les Cités.
Distance 10,3 km, dénivelé 104 m