

# RANDO SÉNIORS

## LA MÉSANGE BLEUE

**JEUDI 7 DÉCEMBRE**

**RANDOÛNÉE PÉDESTRE  
INTERMÉDE GOURMAND**

**Rassemblement à 9h30**

*Parking de la Chaumière*

*Rue du rocher du duc*

*Forêt des grands avaux*

*Entre Louteville et*

*Beauvais (village)*

Organisée par le  
Service Municipal  
des Sports et le CCAS

**Cette année la mésange  
change de formule:**

**Repas "Part-âge"**

**1 Cuisinez**

**2 Marchez**

**3 Partagez**

Inscriptions et renseignements:  
[sport@ville-lardy.fr](mailto:sport@ville-lardy.fr)  
ou  
01.69.27.14.91



## Cyanistes caeruleus

C'est le joli nom latin de cette petite mésange vive à tête bleue qui semble se rapprocher de nos habitations l'hiver et pour cause, elle se régale de graisse et de graines à proximité de nos maisons.

Et si tout d'un coup les rôles s'inversaient ?

Quitter nos chaumières, chausser nos crampons et aller chercher notre becquée sur les terres de la belle bleue !

### *Au programme !*

**9h30-12h : Boucle de randonnée d'environ 8 kilomètres**

**12h-13h: INTERMÈDE GOURMAND**

**(Partage de vos recettes)**

**13h-14h30 (max) : Marche digestive d'après-repas**

### *Matériel individuel*

Vêtements chauds, chaussures de randonnée, couvre-chef, gants, petit sac à dos

Bonne humeur !

(L'encadrement se réserve le droit de refuser les participants insuffisamment équipés)

### *Inscriptions/réservations*

Animation limitée à 30 personnes - 55 ans et plus

Date limite des inscriptions : **Mardi 5 décembre 2023**

Si vous n'êtes pas inscrit aux Randos 23/24 merci de remplir un dossier d'inscription

---

## "La Mésange bleue"



Nom: ..... Prénom: .....

Adresse: .....

.....

Téléphone: ..... Email : .....

Inscrit(e) aux Randos Séniors 23/24 : OUI  NON

Mairie de Lardy - Service Municipal des Sports

**Tel : 01.69.27.14.00 Mail: [sport@ville-lardy.fr](mailto:sport@ville-lardy.fr) Site internet : [www.ville-lardy.fr](http://www.ville-lardy.fr)**