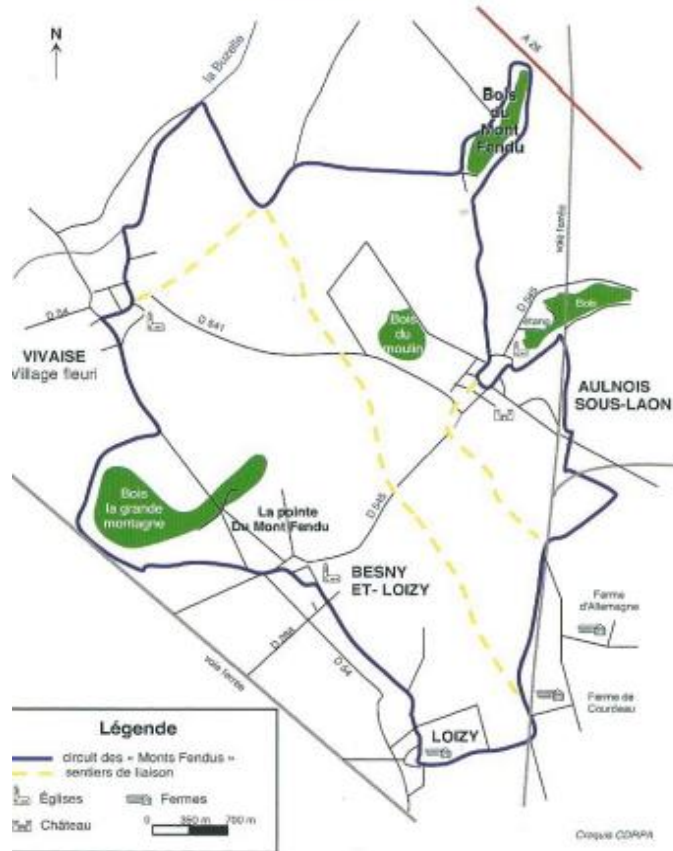


Circuit pédestre « les Monts Fendus » créé par l'ARPAL en 1994



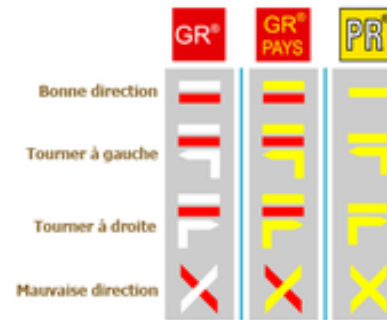
Caractéristiques

Une boucle d'environ 20 km qui permet de découvrir les villages d'Aulnois, Vivaise et Besny en parcourant « les Monts Fendus » et les rives de la Buzelle.

Trois chemins transversaux permettent de raccourcir la boucle.

Balissage

jaune et bleu
(sentiers de liaison : jaune)



ARPAL

Siège social Mairie Aulnois-sous-Laon

Adresse postale
Mr BREDELET Michel / Président
141 rue Pasteur 02000 LAON
Téléphone : 06 31 13 06 67

Messagerie e mail:
randonneurs.arpal@gmail.com

Facebook randonneurs arpal
Site : www.randonneurs-arpal.fr

***Ne pas jeter sur la voie publique -IPNS



Association

Randonnées

Pédestres

Aulnois-sous-Laon et du

Laonnois



L'association a pour but de ...

- ✿ Marcher pour le plaisir, le sport et la détente
- ✿ Découvrir des paysages, le patrimoine naturel et historique de notre pays
- ✿ Partager une passion commune, créer un lieu d'échange et de convivialité
- ✿ Participer à des actions liées à la préservation de l'environnement



Activités

Un calendrier annuel, consultable sur notre site, www.randonneurs-arpal.fr, est établi proposant :

- ✿ Plus de 130 sorties programmées par an
- ✿ Des Rando santé®, des randonnées à allure normale, à allure modérée et à allure sportive
- ✿ Des marches sur la journée avec repas tirés des sacs
- ✿ Des randonnées découvertes et thématiques
- ✿ Des séjours d'une semaine, en France
- ✿ Des formations aux techniques de balisage et à la formation à l'animation de randonnées



Quelques chiffres et données :

Association créée en 1992 par Mr Mme Duquesne

Nombre d'adhérents en 2021 : 143

En 2021, 12 baliseurs et de 12 animateurs, FFRP participant, avec le Comité Départemental de la Randonnée Pédestre de l'Aisne au balisage des sentiers de Grandes et Petites Randonnées (GR® et PR®)



Nous rejoindre

- ✿ 3 types d'adhésions proposées ;
 - Individuelle
 - Familiale
 - Pass Randonnée Découverte d'une ou plusieurs journées
- ✿ Comme toute activité physique encadrée, un certificat médical est obligatoire



Conseils à tous

- ✿ Etre bien chaussé et vêtu en fonction des conditions météorologiques,
- ✿ Se munir d'un sac à dos contenant de l'eau et d'un en-cas (pour apporter des glucides),
- ✿ Constituer une petite pharmacie: désinfectant, pansement, produit contre les insectes etc.,
- ✿ Respecter les consignes données par l'animateur.



Le Moral, c'est l'ARPAL