

Coders - 24, rue Augustin Normand - 76600 Le Havre

Permanences : Les Lundi et Mercredi de 9 à 11 heures

Tél. 02 35 43 15 00 - Mail : Coders.76@gmail.com

Rando, Aquagym, Piscine, Tennis de table, Etirements, Gym d'entretien, Vélo, Oxygénation, Pétanque

Rando Avril 2018		Lieu et Heure	Lieu et Heure
Date	Lieu	Départ du Regroupement	de la Rando
M 3	Bord de Mer 6 km		9 h 30 Parking de la Plage
	Saint Maclou (27) 11,2 km	13 h 30 Mairie de Rouelles	14 h 15 P. des Ecoles, à droite aux feux
	Foulbec 10,5 km	13 h 30 Mairie de Rouelles	14 h 15 Parking de l'Eglise
J 5	Forêt de Montgeon 5 km		14 h 30 Entrée Nord de la forêt
	Brisgaret 7 km		14 h 30 Av. de Dieppe Montivilliers
	La Plage 11 km	14 h 15 Parking Clemenceau, Dos station Total	
	Ecraiville 14,8 km	13 h 30 Place de Bléville	14 h 00 Parking face Mairie
	Fourmetot 13,5 km	13 h 00 Parking Deschaseaux	13 h 45 Parking de l'Eglise
M 10	Bord de Mer 6 km		9 h 30 Parking de la Plage
	N-D de Bliquetuit 9,5 km	13 h 30 Mairie de Rouelles	14 h 30 Park. Maison du Parc
	Trouville la Haule 12 km	13 h 30 Mairie de Rouelles	14 h 15 Parking de l'Eglise
Me 11	Mannevillette, 12 km, <i>marche sportive sur route en tennis à 6 km/h</i>	13 h 30 Mairie de Rouelles	14 h 00 Parking des Tennis
J 12	Fontenay Nord 7 km		14 h 30 Mairie du Fontenay
	Gerville/Les Loges 10 km	13 h 30 Mairie de Rouelles	14 h 15 Parking Salle des Fêtes
	Le Bec Hellouin 13,6 km	13 h 00 Parking Deschaseaux	14 h 00 Park à droite après le ruisseau, en sortant par la rue du quartier Burcy
M 17	Bord de Mer 6 km		9 h 30 Parking de la Plage
	Autour de Criquetot 10,5 km	13 h 15 Mairie de Rouelles	14 h 15 Parking du Cimetière
	Le Bassin des Vallées 11 km	14 h 15 Parking du Mougna à Fontaine la Mallet	
	Lillebonne 9 km	13 h 00 Parking Deschaseaux	13 h 45 Park. Stade Léo Lagrange
J 19	Parc de Rouelles 5 km		14 h 30 Mairie de Rouelles
	Tancarville Haut 6 km	13 h 45 Mairie de Rouelles	14 h 30 Eglise de Tancarville
	Etretat 10 km	13 h 30 Mairie de Rouelles	14 h 15 Parking de la Gare
	Lillebonne 13,5 km	13 h 30 Mairie de Rouelles	14 h 15 P. Stade Bigot Lillebonne
	Pennedepie 13 km	13 h 00 Parking Deschaseaux	13 h 45 Parking de l'Eglise
M 24	Bord de Mer 6 km		9 h 30 Parking de la Plage
	Honfleur 11 km	13 h 30 Mairie de Rouelles	14 h 15 Parking LIDL à Honfleur
	St Pierre du Val 11,2 km	13 h 30 Mairie de Rouelles	14 h 15 Parking de l'Eglise
	Turretot 10 km	13 h 00 Parking Deschaseaux	13 h 45 Parking de l'Eglise
J 26	Dollemard 5 km		14 h 30 Eglise de Bléville
	Cauville 6 km	14 h 00 Place de Bléville	14 h 30 Eglise de Cauville
	Gonneville la Mallet 12 km	13 h 30 Park. Michel Adam Octeville	14 h 00 Parking de l'Eglise
	Rogerville 15 km	13 h 40 Mairie de Rouelles	14 h 15 Eglise de Rogerville

Codors - 24, rue Augustin Normand - 76600 Le Havre

Permanences : Les Lundi et Mercredi de 9 à 11 heures

Tél. 02 35 43 15 00 - Mail : Codors.76@gmail.com

Rando, Aquagym, Piscine, Tennis de table, Etirements, Gym d'entretien, Vélo, Oxygénation, Pétanque

Rando Mai 2018		Lieu et Heure	Lieu et Heure
Date	Lieu	Départ du Regroupement	Départ de la Rando
M 1	Bord de Mer 6 km		9 h 30 Parking de la Plage
	Ste Marie au Bosc 12 km	13 h 30 Place de Bléville	14 h 15 Mairie de Ste Marie
	La Frenaye 18 km	13 h 30 Mairie de Rouelles	14 h 15 Parking de la Mairie
J 3	La Lézarde 5 km		14 h 30 Gare de Montivilliers
	Harfleur Beaulieu 7 km		14 h 30 Parking Thorez
	La Poterie / Cap d'Antifer 12 km	13 h 45 Park. Michel Adam Octeville	14 h 15 Parking du Centre
	Vattetot 15 km	13 h 30 Park. Michel Adam Octeville	14 h 15 Parking de l' Eglise
M 8	Bord de Mer 6 km		9 h 30 Parking de la Plage
Me 9	Rouelles, 15 km, <i>marche sportive sur route en tennis à 6 km/h</i>		14 h 00 Mairie de Rouelles
J 10	Gainneville 6,5 km	14 h 00 Mairie de Rouelles	14 h 30 Mairie de Gainneville
M 15	Bord de Mer 6 km		9 h 30 Parking de la Plage
	Beuzevillette (76) 9,4 km	13 h 30 Mairie de Rouelles	14 h 30 Parking de l'Eglise
	Bordeaux St Clair 12 km	13 h 15 Place de Bléville	14 h 15 Park. Mairie / Ecole
	de Lillebonne à Gravenchon 11 km	13 h 15 Mairie de Rouelles	14 h 15 P. après Intermarché, à droite du pont
	Ganzeville 11,8 km	13 h 00 Parking Deschaseaux	13 h 45 Parking Salle des Fêtes
J 17	Fontaine la Mallet 5 km		14 h 30 Mairie de Rouelles
	Rolleville 7 km	13 h 50 Mairie de Rouelles	14 h 30 Park. Champ de Foire
	Conteville 10 km	13 h 30 Mairie de Rouelles	14 h 15 Park Eglise Conteville
	Mirville 12,5 km	13 h 30 Mairie de Rouelles	14 h 15 Parking de la Mairie
	Forêt de Montgeon 13,4 km		13 h 45 Avenue René Dehayes
M 22	Bord de Mer 6 km		9 h 30 Parking de la Plage
	St Jouin (Nord) 11,5 km	13 h 30 Mairie de Rouelles	14 h 15 Parking du Centre
	St Vincent Cramesnil 9,5 km	13 h 00 Parking Deschaseaux	13 h 45 Park. entre Eglise et Mairie
J 24	Jardins suspendus 5 km		14 h 30 Park. Albert Copieux
	Bois des Ecluses 6 km	13 h 45 Park. Deschaseaux	14 h 30 Sous le Pont de Tancarville
	Foulbec 10,5 km	13 h 30 Mairie de Rouelles	14 h 15 Parking de l' Eglise
	Fiquefleur (matin) 12,3 km	8 h 30 Parking Deschaseaux	9 H 00 Pk Restaurant l'Eau Vive
	Fiquefleur (après midi) 8,2 km		40, route de l'Estuaire Fatouville
	<i>12 h 00 Repas au resto : 19 €, boisson comprise, Réserver avant le 10 Mai</i>		
M 29	Bord de Mer 6 km		9 h 30 Parking de la Plage
	Circuit de la Garenne 12 km	13 h 45 Mairie de Rouelles	14 h 15 Eglise d'Etainhus
	Saint Arnould 13,6 km	13 h 20 Mairie de Rouelles	14 h 15 Eglise de St Arnould
J 31	Bord de Mer 6 km		14 h 30 Parking de la Plage
	Fontenay Ouest 7 km		14 h 30 Parking de la Mairie
	Sainneville 11 km	13 h 40 Mairie de Rouelles	14 h 15 Park. Salle des Fêtes
	Bois du Breuil 11,5 km	13 h 30 Mairie de Rouelles	14 h 15 Eglise de Pennedepie

Codors - 24, rue Augustin Normand - 76600 Le Havre

Permanences : Les Lundi et Mercredi de 9 à 11 heures

Tél. 02 35 43 15 00 - Mail : Codors.76@gmail.com

Rando, Aquagym, Piscine, Tennis de table, Etirements, Gym d'entretien, Vélo, Oxygénation, Pétanque

Rando Juin 2018		Lieu et Heure	Lieu et Heure
Date	Lieu	Départ du Regroupement	Départ de la Rando
M 5	Bord de Mer 6 km		9 h 30 Parking de la Plage
	St Maclou (27) 9 km	13 h 45 Mairie de Rouelles	14 h 30 Parking des Ecoles
	Equemauville (14) 11 km	13 h 15 Mairie de Rouelles	14 h 15 P. Ecole à droite après Eglise
J 7	Vierge Noire 5 km		14 h 30 Eglise St Paul Aplemont
	Hermeville 6 km	13 h 45 Eglise de Bléville	14 h 30 Eglise d'Hermeville
	Fatouville Grestain 9 km le matin	9 h 00 Mairie de Rouelles	9 h 45 Parking de l'Eglise
	6 km après midi	<i>Resto Limité à 20 personnes 14 € sans boisson (Inscription au bureau)</i>	
	Triquerville 11,8 km	13 h 30 Mairie de Rouelles	14 h 30 Eglise de Triquerville
M 12	Bord de Mer 6 km		9 h 30 Parking de la Plage
	Sandouville 11,7 km	13 h 40 Mairie de Rouelles	14 h 15 Parking de l'Eglise
	St Mards de Blacarville 12,5 km	13 h 30 Mairie de Rouelles	14 h 15 Parking de l'Eglise
Me 13	Gonneville la Mallet 12 km, <i>marche sportive sur route en tennis à 6 km/h</i>	13 h 40 Park. Michel Adam Octeville	14 h 00 Place du Marché
J 14	Harfleur 5 km		14 h 30 Park. Derrière Mairie
	Fontaine Ouest 6 km		14 h 30 Eglise de Fontaine
	Bouquelon 11 km	13 h 30 Mairie de Rouelles	14 h 15 Eglise de Bouquelon
	Fourneville (14600) 14,5 km	13 h 30 Mairie de Rouelles	14 h 15 Parking de l'Eglise
M 19	Bord de Mer 6 km		9 h 30 Parking de la Plage
	Berville 20 km	9 h 15 Mairie de Rouelles	10 h 00 Eglise de Berville
	<i>Pique nique tiré du sac, si mauvais temps pique nique au café de Conteville</i>		
	St Sulpice de Graimbouville 12,5 km	13 h 30 Mairie de Rouelles	14 h 15 Parking de la Mairie
J 21	Caucriauville 5 km		14 h 30 Eglise St Pierre
	St Sauveur d'Emalleville 7 km	13 h 45 Eglise de Bléville	14 h 30 Parking de l'Eglise
	Fontenay St Barthélémy 9 km		14 h 15 Park. Mairie du Fontenay
	Villainville 11,4 km	13 h 30 Mairie de Rouelles	14 h 15 Parking de l'Eglise
	Honfleur 15 km	13 h 45 Mairie de Rouelles	14 h 15 Parking du Naturospace
	Saint Maclou 10,8 km	13 h 00 Parking Deschaseaux	13 h 45 Parking Salle des Fêtes
M 26	Bord de Mer 6 km		9 h 30 Parking de la Plage
	Caudebec en Caux 11,5 km	13 h 15 Mairie de Rouelles	14 h 15 Place Eglise Caudebec
	Journée à Duclair 10,5 km le matin	8 h 00 Mairie de Rouelles	
	<i>En attente : pique nique ou resto, inscription au Codors / Après midi St Pierre de Varengueville, Musée ou petite rando</i>		
J 28	Les Aviateurs 5 km		14 h 30 Eglise de Bléville
	Le Val Godard 7 km	13 h 45 Mairie de Rouelles	14 h 30 Eglise Maulévrier Ste Gertrude
	Rolleville 12 km	13 h 30 Mairie de Rouelles	14 h 15 Park. Champ de Foire
	Fécamp 15 km	13 h 25 Mairie de Rouelles	14 h 15 P. Face Office Tourisme
	Le Trait 12,8 km	13 h 00 Parking Deschaseaux	14 h 00 Place de l'amiral Ronarch