



MIEUX VIVRE
SON DIABETE

les promenades en semaine

28/02/ 2019

Pour les personnes désireuses de reprendre la marche l'association avec M Goerig Denis et Madame Rederstorff Jeanne vous proposent 1x par mois des petites promenades en semaine d'une durée de 1H30 à 2H pas difficiles autour des villages du Sundgau.

Cette activité est gratuite.

Le départ est fixé à 14H, le lieu de départ et le circuit indiqué dans le calendrier ci-dessous.

Ceux qui sont intéressés par cette activité peuvent s'inscrire à l'aide du talon réponse ou par mail « mieuxvivresondiabete@gmail.com »

Une liste sera établie pour chaque sortie afin que les organisateurs puissent prévenir les personnes inscrites en cas d'annulation ou de report.

Promenades en semaine : départ 14H			
	Date	Lieu de départ	circuit
1	20 mars 2019	Eglise cimetièrre de Ballschwiller	chemin de Falkwiller- Gildwiller le Mont-Fontaine St Morand: 7 km -dénivelé 60m
2	17 avril 2019	Eglise Tagsdorf	vers ancienne voie romaine- Heiwiller-Bois de Risser - chemin de mémoire du 19 août 1914 :7 km-dénivelé 150m
3	15 mai 2019	Parking Leclerc Hirsingue près des pompes à essence	Bettendorf -ancienne voie romaine - hauteur de Hirsingue 7,5km: dénivelé 80m
4	19 juin 2019	Place à l'intersection Feldbach	circuit vers Riespach-(stèle souvenir de la Espenkolone)-retour par le Birkenhof 7,5km dénivelé 50m

M -Mme _____

adresse : _____

tel: _____ port: _____ adresse mail: _____

désire participer aux promenades en semaine 1 2 3 4

A envoyer à **Association Mieux vivre Son Diabète- A l'attention de Mme REDERSTORFF Jeanne - Centre Hospitalier St-Morand - 23, rue du 3ème Zouave - BP91023 68134 ALTKIRCH cedex**

Vous trouverez toutes les infos utiles sur le site www.mieuxvivre-sondiabete.org

Tél : 0389087576