



Association Eudia

Œuvrons à un bonheur durable et partagé,
par une préservation soigneuse de la Terre,
par une structuration vertueuse de la société,
par un épanouissement profond de la personne.

Bonheuvrons...

www.asso-eudia.org

Marche 3D Décrasse, Déblaye, Des potes !

☛ Dimanche 18 juillet 2021
à 10h30 au Roc de Chère à Annecy

Qu'est-ce qu'une Marche 3D Eudia ?

Une Marche 3D Eudia, c'est se **Décrasser** en marchant dans un cadre idyllique, c'est **Déblayer** en se lançant un petit défi : celui de ramasser le plus de déchets sauvages (chacun étant libre de ramasser ce qu'il veut), c'est **Des potes** en rencontrant des personnes sensibles à des valeurs communes.

Voilà le programme...

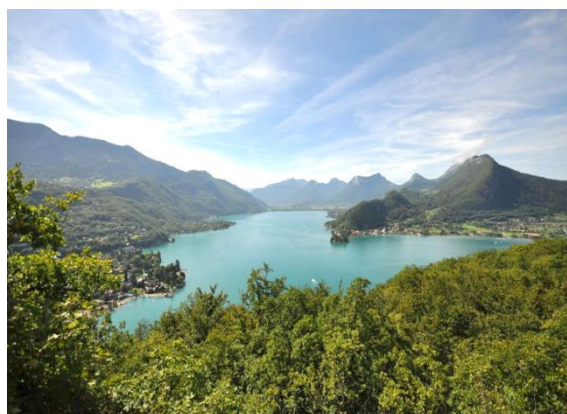
Quel est le programme ?

10h50 : Rendez-vous au point de rencontre (page suivante), mini-briefing, puis départ randonnée.

13h00 : Pause pique-nique au belvédère.

15h30 : Retour au point de départ, bilan ramassage.

16h00 : Verre pour qui veut au chalet du port à proximité.



Crédits : www.lac-annecy.com

Comment s'inscrire ?

Avant de vous inscrire et de participer à cette randonnée, vérifiez que vous avez un **suivi médical régulier**, que vous avez les **capacités physiques sans contre-indication médicale** pour réaliser cette randonnée, que vous n'avez pas été testé positif à la Covid19 et que vous n'avez pas de symptômes.

Pour toute question et pour vous inscrire : envoyez-nous les coordonnées de chaque personne à inscrire (nom, prénom, téléphone ou email) sur le **Groupe Facebook « Marche 3D Eudia »** ou à l'email « marche3d@asso-eudia.org ».

Le nombre de places à cette randonnée est limité à *18 personnes*. Premier arrivé = premier servi !

En cas d'annulation (notamment de mauvais temps), nous vous contacterons à l'avance.

Des affaires à prendre...

- ☛ Des **équipements adaptés pour la randonnée pédestre en montagne**, notamment de bonnes chaussures de marche et de quoi se protéger contre le soleil.
- ☛ Des **équipements pour le ramassage de déchets** : un sac fermable (entre 1 et 3 litres), des gants et du gel hydro alcoolique.
- ☛ Un **pic-nic** pour déjeuner, un **encas** pour couper la faim et suffisamment d'**eau** pour s'hydrater !



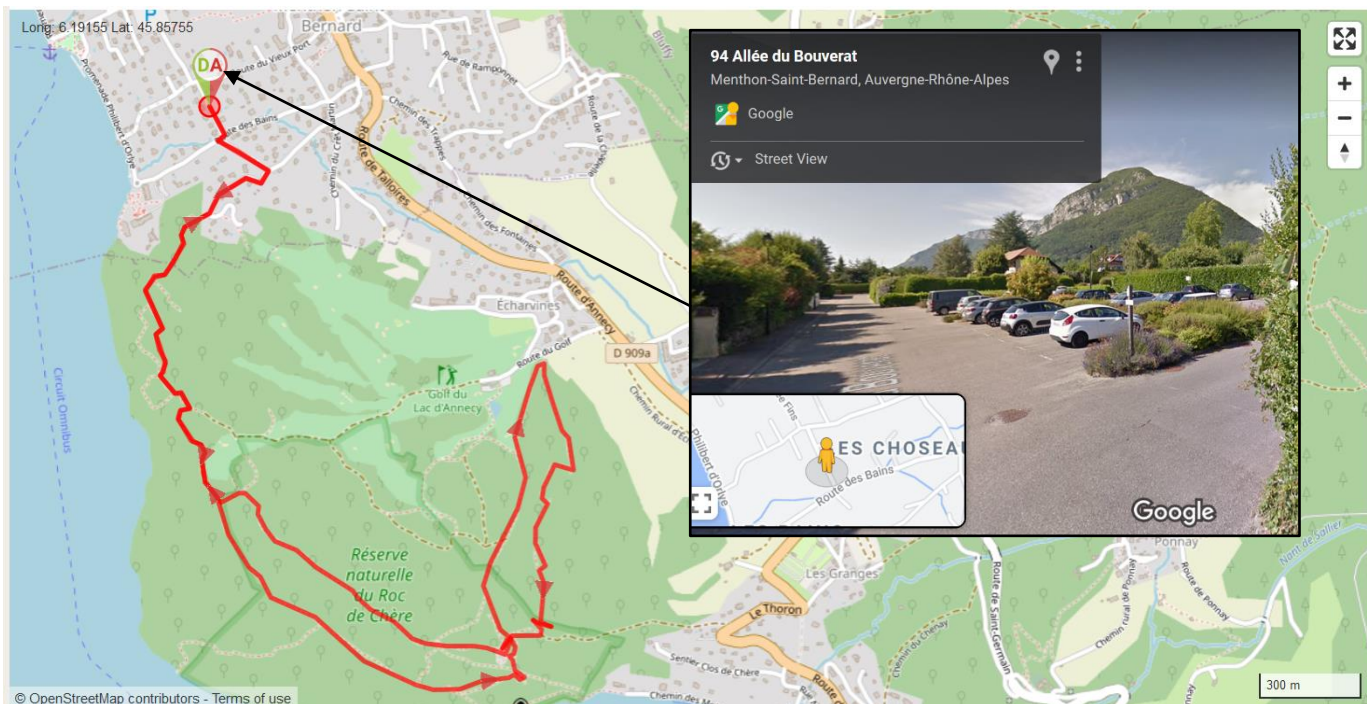
Où se retrouver ?

Rendez-vous au bord du lac d'Annecy sur le parking à l'adresse (voir image ci-dessous) :

📍 **94 Allée du Bouverat, à Menthon-Saint-Bernard.**

Pour éviter de trouver un parking complet et pour se déplacer proprement, pensez à la ligne de bus L2 gratuite depuis Annecy, aux modes de locomotion doux, ou au covoiturage avec les participants sur le groupe Facebook *Marche 3D Eudia* 😊.

Quel est l'itinéraire de la randonnée ?



Quelles sont les caractéristiques et les difficultés de cette randonnée ?

Durée de marche : **2h55**

Difficulté : **assez facile, marche sur sentier en forêt avec terrain assez peu accidenté**

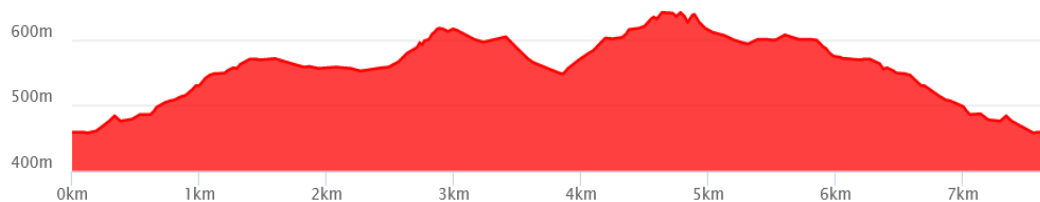
Distance : 7.68km

Dénivelé positif : 259m

Dénivelé négatif : 260m

Point haut : 641m

Point bas : 458m



Randonner avec respect et bienveillance !

Chez Eudia, nous attachons une importance particulière à :

- 👉 **l'environnement** : respectons les panneaux, marchons sur les sentiers, restons discrets, observons les fleurs sans les cueillir, ne laissons pas de traces de notre passage (sauf des déchets en moins) !
- 👉 **la solidarité** : restons courtois, suivons le groupe, respectons les consignes, vérifions que la personne derrière suit !
- 👉 **la bonne humeur** : venons avec le sourire, profitons du cadre, apprécions ce moment !