

25 associations affiliées à la Fédération Française de la Randonnée Pédestre en Charente





Pour les découvrir, demandez à participer à une sortie afin de comparer par vous-même l'ambiance, le rythme, ... et adhérer ensuite à celle qui répond le mieux à votre attente !









Association 100% marche nordique ou avec une section marche nordique



Label RandoSanté® : accueil, encadrement et pratique d'activités physiques adaptées à des personnes sédentaires, aux capacités physiques diminuées et/ou atteintes de maladie chronique (certificat médical obligatoire dès le 1^{er} essai)

Associations	Adresses/Contacts	Sorties/Activités
00807 AMRP Pranzac	Le Bourg 16110 PRANZAC Président : GILBERT Patrick ☎ 05 45 70 36 26 / 06 12 99 24 20 Courriels : foirepranzac@sfr.fr amrpranzac@gmail.com	Dimanche ½ journée tous les 15 jours — Mardi en alternance ½ journée tous les 15 jours autour de Pranzac — 3 séjours par an en France le we — 1 sortie tous les 2 ans à l'étranger — Organisation de la foire aux vins, aux fromages et aux produits artisanaux le week-end de pâques
00809 La Randonne de La Couronne 	Mairie 16400 LA COURONNE Président : MERARD Michel ☎ 05 45 67 14 03 Courriel : larandonnedelacouronne@gmail.com larandonne.e-monsite.com	Mercredi après-midi : rando courte (7 km). Dimanche : ½ journée l'après-midi en hiver (8 km) ou la journée en été (22 km) 3 à 4 séjours par an hors département.
00810 Les Randonneurs de la Charente	21, rue d'Iéna 16000 ANGOULEME Président : JACQUES Francis ☎ 05 45 60 66 50 Courriel : nifr.jacques@wanadoo.fr	Dimanche toute l'année ½ journée ou journée avec possibilité de randonner seulement le matin ou l'après-midi : 12 à 25 km — Mercredi toute l'année ½ journée : 10 à 12 km — Vendredi ½ journée à proximité d'Angoulême : 6 à 8 km — 3 séjours dans l'année de 2 jours à une semaine en France et à l'étranger.
00811 Les Randonneurs du Cognaçais	Les Récollets 53 rue d'Angoulême 16100 COGNAC Présidente : SALLÉ Marie-France ☎ 05 45 35 12 84 Courriel : mariefrance.salle@orange.fr	Toute l'année sauf juillet et août. En alternance : tous les lundi et samedi après-midi : 8 à 12 km, puis le dimanche suivant : 18 à 25 km sur la journée — 1 semaine en montagne en juin, quelques sorties sur les we prolongés — Organisation du Rando-challenge Cognaçais le dernier we d'avril.
01609 Les Randonneurs de la Vallée de L'Echelle  	Le Bourg 16410 BOUËX Président : DEFONTAINE Guy ☎ 05 45 67 83 37 Courriel : rando.vallee.echelle@free.fr Site internet : www.randonneurs-vallee-echelle.fr Responsable RandoSanté® : Michel SAGE ☎ 06 88 15 66 25	Toute l'année. Dimanche : 12 km (après-midi) ou 20 km (journée) — Mardi après-midi : 2 niveaux : 4 à 6 km et 8 à 12 km — Jedi : 12 à 15 km (après-midi) ou 20 à 25 km (journée). Mercredi matin et samedi matin : marche nordique (2 niveaux). Mercredi après-midi secteur Grand-Angoulême : RandoSanté® (co-voiturage possible). Balade des Oies Sauvages : manifestation de randonnées pédestres et VTT le 4 ^{ème} week-end de septembre avec Rando-Challenge — 3 à 5 séjours par an (France ou étranger) - Juillet / août : randos patrimoine ouvertes à tous le mardi matin (6 à 7 km).
02632 Club Randonnées Pédestres de Roumazières	Lieu-dit La Maison Neuve 16270 NIEUIL Co-Présidente : DUPATY Nicole ☎ 06 24 68 08 63 nicolejacques.dupaty@wanadoo.fr	Mardi ½ journée (matin en juillet-août), 3 circuits proposés à une allure différente : 8, 10 ou 13 km — 2 sorties en autocar avril et juin — Sortie à la journée avec pique-nique les derniers mardi de juin et juillet — Séjour d'une semaine début septembre pour découvrir une région de France.
02691 Sentiers de Boème	Mairie 16440 MOUTHIER SUR BOËME Présidente : PONTINI Sandra ☎ 05 45 67 84 30 Courriel : sentiersdeboeme.sp@orange.fr	Toute l'année sauf juillet et août. Dimanche 2 à 3 fois par mois, demi-journée ou journée : 10 à 25km — Mercredi après-midi tous les 15 jours : 6 à 8 km — 1 à 3 week-ends par an en France — Organisation d'un rando-challenge dans le cadre d'une grande manifestation annuelle (Boucles de la Boème) — Participation aux manifestations des autres associations — Au travers de la randonnée : découverte du patrimoine et des activités locales.
02711 Les Randonneurs de Bandiat-Tardoire 	Office de Tourisme 16110 LA ROCHEFOUCAULD Président : DUCHARLET Christian ☎ 06 78 76 79 93 Courriel : christian.ducharlet@orange.fr	Dimanche : 15 à 25 km — 5 séjours par an dont 2 en montagne. Marche nordique tous les mardis (matin en été ; après-midi en hiver). 2 ^{ème} et 4 ^{ème} Jedi de chaque mois : 8 à 10 km - départ de La Rochefoucauld à 13h30 ou sur place à 14h00.
03044 Le Groupe des Randonneurs de Linars	Cidex 678 - Moulède 16730 LINARS Président : BROSSIER Bernard ☎ 05 45 96 42 81 Courriel : bernard.brossier16@orange.fr	Toute l'année sauf juillet et août — Mardi après-midi : 2 groupes de niveau différent (8 à 9 km et 9 à 11 km) — Jedi matin : 10 à 12 km — Quelques sorties le dimanche matin ou journée — 2 sorties we (mai et septembre) dans un département autour de la Charente.

Associations	Adresses/Contacts	Sorties/Activités
03073 Nature et Randonnée	16 route de la Pougé 87600 ROCHECHOUART Président : BESSE Jean-Claude ☎ 05 55 03 79 07 / 06 79 73 78 23 Courriel : natureetrandonnee.pressignac@gmail.com	Randonnées en janvier et mars, un dimanche — Randonnée semi-nocturne le dernier samedi de juin — Multi-randonnée le dernier dimanche d'août — Deux sorties, sur un ou deux jours, au printemps et à l'automne, pour découverte d'un site ou d'une région de France.
03097 Foyer Arts et Loisirs Manslois	Mairie 16230 MANSLE Président : PERROTIN Bernard ☎ 05 45 22 74 39 Courriel : falm.rando@gmail.com	Lundi 4 circuits de niveaux différents sauf juillet et août — Jeudi tous les 15 jours : 2 circuits de 5 et 8 km. Les Gazelles : 10 à 13 km et + pour les plus rapides Les Randonneurs : 8 à 9 km et + (1 circuit lent et 1 rapide) Les Marcheurs : 5 à 6 km pour les plus tranquilles
03144 Les Randonneurs du Blanzacais	Sainte Acquitière 16250 CHADURIE Président : Emile DUCONGÉ ☎ 05 45 24 84 84 Courriel : emileduconge@yahoo.fr	Lundi : environ 7 à 8 km — Jeudi : environ 10 à 12 km Le matin du 1er juin au 15 septembre et l'après-midi du 16 septembre au 31 mai — sortie de 5 jours hors département — sortie à la journée presque une fois par mois.
04081 Rando Club de Chasseneuil	Mairie 16260 CHASSENEUIL Présidente : PRÉVERAUD Christiane ☎ 05 45 89 15 46	Samedi après-midi et mercredi après-midi tous les 15 jours (septembre à juin) — Semi nocturne la veille de l'Ascension — 3 ou 4 randonnées sur le samedi entier — 2 sorties rando et tourisme en bus (1,2 ou 3 jours) — Organisation d'un loto — Participation aux activités de la municipalité — Entretien du balisage des sentiers de Chasseneuil, Vitrac, Cherves et Lussac.
04110 Les Randonneurs de l'Angoumois	4 rue du Vieux Puits - 16430 VINDELLE Président : BRUNAUD Claude ☎ 06 71 51 14 97 www.randonneursdelangoumois.org claud.brunaud@yahoo.com	De septembre à juin : dimanche 22 à 26 kms en boucle ou en huit (possibilité en relation avec l'organisateur de ne faire qu'une demi-journée) — Jeudi après-midi sur l'Angoumois 10 à 12 kms — Quelques weekends tout au long de l'année. Juillet/août : dimanche matin 15 km Mardi : 1 à 2 fois par mois, rando à vitesse modérée d'une 10 ^{aine} de km — 7 ou 8 sorties à l'année en France ou à l'étranger.
04221 S.E.N.T.I.E.R.	Mairie 16150 ETAGNAC Président : PASCAUD Jean-Paul ☎ 09 60 14 60 98 Courriel : jean-paul.pascaud@orange.fr	1 randonnée guidée par semaine dans un rayon de 50 km, soit le dimanche, soit le vendredi (programme annuel) — 1 ou 2 sorties à la journée en bus jusqu'à 250 km — 1 séjour randonnée annuelle de 7 jours (mai-juin) pour découvrir une autre région — 1 journée festive sur la commune début septembre (randonnée + repas + animations)
05273 Les Godillots de Soyaux 	Mairie 235 av du Général De Gaulle 16800 SOYAUX Président : ETOURNEAU Michel ☎ 06 87 68 19 73 Courriel : mietourneau@wanadoo.fr Blog : http://godillotsdessoyaux.blog4ever.com	Dimanche ½ journée ou journée : en 8 ou en boucle de 20 à 25 km avec covoiturage au départ de Soyaux (juillet et août le matin uniquement). Mercredi après-midi : 8 à 10 km environ (joindre le 05 45 65 60 65 pour les rdv) — WE et séjours organisés. Samedi matin et Mardi après-midi : marche nordique - contacter Michel ETOURNEAU au 06 87 68 19 73 ou consulter le blog - covoiturage au départ de Soyaux.
05333 Les Croq'Sentiers de Charmé 	Le Beauquet 16260 CHASSENEUIL / B. Président : BOUTANT Raymond ☎ 05 45 39 52 90 Courriel : rb.boutant@wanadoo.fr Responsable RandoSanté® : FABIEN Fernand : 05 45 21 22 44	Samedi rando de 20-25 km (possibilité de ne faire qu'une ½ journée) — Samedi uniquement le matin en juillet et août : environ 12 km — 1 semaine de randonnée dans l'année + sorties occasionnelles de quelques jours — Mercredi après-midi (sauf juillet-août) : environ 8 km toutes les 2 semaines. Mardi après-midi tous les 15 jours : RandoSanté®(co-voiturage possible)
05609 Le Routin des Foulées Douces	Mairie 16700 TAIZE-AIZE Président : MALESCOT Patrick ☎ 05 45 22 20 70	Durant toute l'année — Dimanche et lundi ½ journée : 10 à 15 km — Dimanche randonnée à la journée : 20 à 25 km — Séjour (2 à 3 jours) dans l'année en France pour découvrir la région par la randonnée.
05730 Rando Evasion du Pont du Gât	2 rue de la Croix Quentin les Buges 16200 SAINTE SEVERE Présidente : GOMBEAUD Dominique ☎ 05 45 80 95 72 Courriel : domi.minou@hotmail.fr http://randopontdugat16.forumchti.com/index.htm www.facebook.com/randoevasion16	Toute l'année. Dimanche 3 matinées par mois : 8 à 12 km
05755 Rando Sans Soucis	26 rue des Meuniers 16100 CHATEAUBERNARD Présidente : CAILLETAUD Michèle ☎ 05 45 32 27 13	

Associations	Adresses/Contacts	Sorties/Activités
05977 Les Randonneurs du Jarnacais	73, route de Foussignac, La Touche 16200 JARNAC Présidente : PRÉVOTEAU Claudine ☎ 05 45 35 15 75 Courriel : randojarnac16@gmail.com	Jeudi randonnée à la ½ journée : 5, 8 et 12 km. En été : 1 randonnée en juillet et août — 2 séjours dans l'année sur la découverte de la région par la randonnée.
09550 Marcher Autrement  	Mairie - 16300 SALLE-DE-BARBEZIEUX Présidente : GRAND-MOURSEL Marie-Claude ☎ 06 44 12 58 97 Courriel : marcherautrement16@gmail.com	Mardi matin : RandoSanté® Jeudi matin : rando courte et douce (8 km maxi) Samedi ou dimanche matin tous les 15 jours : rando de 9 à 15 km Samedi ou dimanche matin tous les 15 jours : sorties d'initiation et séances de randonnée pour les initiés. Tous les ans : sortie raquette dans les Pyrénées, sorties montagne (coucher refuge), 1 (ou 2) sortie journée avec pique-nique, 1 soirée dansante et repas garbure — Au cours de l'année : randonnée au lever de soleil et en nocturne
09575 Un Pas de Plus... 	21, rue d'Iéna 16000 ANGOULEME Contact : CHAILLIER Marie-José ☎ 06 75 30 38 73 LACOURARIE Roselyne ☎ 06 48 06 82 33 Courriel : unpasdeplus16@hotmail.fr	Toute l'année sauf jours fériés — Possibilité de covoiturage. RandoSanté® : 4 à 6 km à allure douce le mercredi et le samedi (matin de mai à septembre, après-midi d'octobre à avril) avec découverte du patrimoine naturel et culturel. Rando classique : dimanche matin ou journée : 10 à 20 km à allure normale, pique-nique tiré du sac ou du coffre.
06286 Nordic Evasion 	8 place Gustave Courbet 16000 ANGOULÊME Président : GASTE Jack ☎ 06 34 73 32 88 Courriel : gaste.jack@orange.fr	Participation rando-challenge. Mardi, samedi, dimanche : soit à la ½ journée (secteur Angoulême), soit à la journée – Séjours sur plusieurs jours – possibilité d'itinérance.
10187 A.L.P.A. Charras	Allée des Tilleuls – 16380 CHARRAS Présidente : BOUHIER Marie-Laure Contact : NICOLAS Michel ☎ 06 22 62 17 12 Courriel : alpacharras@free.fr	Toute l'année sauf août. Mardi, jeudi, samedi matin (printemps-été) et après-midi (automne-hiver) : randonnées variables de 7 à 16 km selon le programme. Pour plus d'infos, contacter M. NICOLAS.