

Prévoir un sac à dos contenant

- Bouteille d'eau
- Encas si besoin



En fonction du temps



Chaussures de marche

- Tenue pour être à l'aise
- Votre dynamisme
- Votre bonne humeur

*Et c'est parti pour la découverte du site
en pleine nature en profitant du paysage*



*Randonnée pédestre
à Brain sur Longuenée
Samedi 27 Septembre 2025*

Organisée

*Par l'association Brainfitness et le Codep EPGV 49
Café d'accueil à la forêt de Longuenée à 9h
Partons à la découverte du pays de l'ardoise*



*A mi-parcours un encas et une séance de gym
vous seront proposés*

Vers 12h30 un apéritif vous sera offert

*Inscription obligatoire et paiement :
[https://www.helloasso.com/associations/brainfitn
ess/evenements/randonnee-au-pays-de-l-ardoise](https://www.helloasso.com/associations/brainfitn ess/evenements/randonnee-au-pays-de-l-ardoise)*