



## L'ESCARGOT RANDONNEUR

"Cette association a pour but de vous accompagner lors de courtes randonnées lorsque, pour améliorer votre santé, un médecin vous incite à pratiquer une activité physique régulière. Des animateurs qualifiés en Rando Santé® organisent quatre à cinq fois par mois de petites marches adaptées à votre condition physique."

**Catherine Kabani**  
Animatrice Rando Santé® et  
Présidente de L'Escargot Randonneur

### Votre contact :

**Catherine Kabani**  
Tél. : 06 12 53 30 68  
Mél. : [esc.rando@gmail.com](mailto:esc.rando@gmail.com)  
[escargotrandonneur.jimdo.com](http://escargotrandonneur.jimdo.com)



Rejoignez un club Rando Santé®,  
pour votre moral  
et maintenir ou améliorer  
votre capital santé.

## RANDONNER EN CLUB

La pratique de la marche en club vous assure un programme complet et une activité physique régulière.

Randonner dans un des 10 clubs Rando Santé® de la FFRandonnée de Seine-Saint-Denis, vous permet de bénéficier d'un encadrement sécurisé par un animateur formé et de partager vos passions et vos découvertes au sein d'un groupe convivial.

© C.D.R.P. 93 - Ne pas jeter sur la voie publique. 07-2015

## OÙ PRATIQUER ?

- **CDRP 93 Seine-Saint-Denis**  
à Rosny-sous-Bois - Responsable : Jean-Paul Auger  
Tél : 01 48 54 00 19 - Mél : [contact@randopedestre93.fr](mailto:contact@randopedestre93.fr)
- **C.L.R.P.**  
à Livry-Gargan - Responsable : Chantal Dubois  
Tél : 06 63 43 70 00 - Mél : [chantaldubois0@gmail.com](mailto:chantaldubois0@gmail.com)
- **CRPC Pieds Agiles**  
à Clichy-sous-Bois - Responsable : Guy Duranton  
Tél : 06 78 92 63 06 - Mél : [g.duranton@free.fr](mailto:g.duranton@free.fr)
- **C.R.V. Club de Randonnée Villepintoise**  
à Villepinte - Responsable : Michel Houizot  
Tél : 01 48 60 47 91 - Mél : [michel5993@aol.com](mailto:michel5993@aol.com)
- **L'Escargot Randonneur**  
à Noisy-le-Grand - Responsable : Catherine Kabani  
Tél : 06 12 53 30 68 - Mél : [esc.rando@gmail.com](mailto:esc.rando@gmail.com)
- **LOBIDIF Loisirs & Bien-être d'Ile-de-France**  
à Rosny-sous-Bois - Départ des randonnées à Paris XX<sup>ème</sup>  
Responsable : Josiane Alliaume  
Tél : 06 13 59 44 07 - Mél : [lobidif@gmail.com](mailto:lobidif@gmail.com)
- **Rando Rosny**  
à Rosny-sous-Bois - Responsable : Pierre Martin  
Tél : 06 86 53 03 26 - Mél : [randorosnysousbois@gmail.com](mailto:randorosnysousbois@gmail.com)
- **Sentiers ARS**  
à Sevran - Responsable : Jacques Dufour  
Tél : 01 43 84 50 58 - Mél : [jacquesd.93@orange.fr](mailto:jacquesd.93@orange.fr)
- **Union Sports - Les Verts Sentiers**  
à Saint-Denis - Responsable : Nouredine Jouini  
Tél : 06 86 77 44 73 - Mél : [vertsentiers@yahoo.fr](mailto:vertsentiers@yahoo.fr)
- **USM Rando Montfermeil**  
à Montfermeil - Responsable : Gérard Picot  
Tél : 06 07 97 74 00 - Mél : [gpicot@free.fr](mailto:gpicot@free.fr)

### Clubs Rando Santé en Seine-Saint-Denis

