



www.capam.fr

Centre d'Activités Physiques Adultes Mouvoux



COMINES (France) Circuit des tilleuls

Le CAPAM vous invite à prendre le bon air

le DIMANCHE 11 FEVRIER 2018 MATIN pour une sortie pédestre

Venez nombreux vous oxygéner pour une balade hivernale sur un circuit de 10 kms (entre 2h30 et 3h), autour de Comines.

Un peu de ville puis très vite la campagne et une jolie promenade à travers les champs séparés de haies bocagères et bordés de becques. *du néerlandais « beek » les fossés de drainage de la plaine agricole; elles sont également des limites de parcelles.*

Le circuit des tilleuls se termine par le chemin de halage, le long de la Lys où, selon les saisons, on peut observer de multiples variétés de plantes sauvages et d'oiseaux, sédentaires ou migrateurs.

Rendez-vous à 8h50 parking salle de Gaulle, derrière l'église St Germain,
pour un départ à 9h précises
ou à 9h25 directement *Place de la gare, rue du Moulin à COMINES* **pour un départ à 9h30 précises**

Itinéraire : Mouvoux, Linselles puis direction Quesnoy sur Deule pour suivre Comines puis rejoindre la gare - parking (GPS préconisé)

Retour aux voitures vers 12h30.

N'oubliez vos chaussures adaptées à la saison et à la météoquelques endroits boueux et herbeux. Merci

Responsables:

Jacqueline NUTTIN 06 27 13 93 66

Bernard BONTE 06 25 10 53 74