

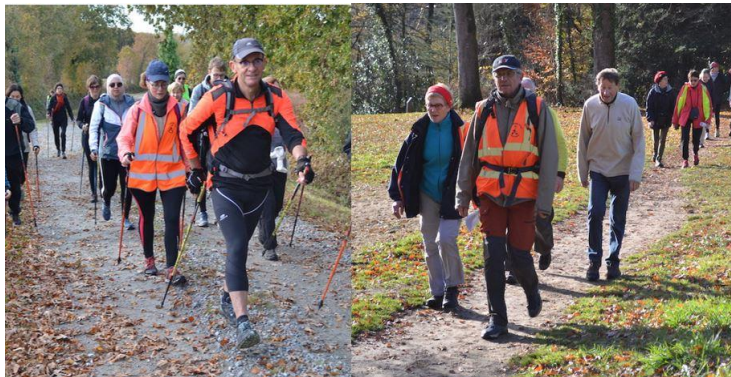


MARCHE VIVE

Association Treilliéraine de Randonnée pédestre

www.marchevive.fr

Saison
2026
-
2027



L'association MARCHE VIVE vous invite à pratiquer la **MARCHE ACTIVE**, marche à allure soutenue (6 km/h), ou à allure modérée (5 km/h) le dimanche matin ainsi que la **MARCHE NORDIQUE** le samedi matin sur 2 distances.

Les parcours empruntent les chemins et les routes de Treillières et des environs, sur des distances entre 12 et 14 kms pour le groupe 6 km/h, entre 10 et 12 kms pour le groupe 5 km/h, et entre 8 et 14 kms pour la marche nordique, pour une durée de 2h à 2h15, à raison d'une sortie toutes les 2 semaines.

Placée sous le signe de la convivialité et de la régularité, « On part ensemble, on arrive ensemble », la marche offre la possibilité de découvrir les aspects insoupçonnés de notre région et d'admirer en sortant des sentiers battus le charme discret de notre campagne.

Vous souhaitez essayer la marche nordique avant de vous équiper, 2 séances d'essai sont possibles avec prêt de bâtons sur place.

Pour toute information, n'hésitez pas à consulter notre site internet : www.marchevive.fr et/ou à contacter l'association à l'adresse suivante : contact@marchevive.fr !

Bonnes randonnées à tous et bonne saison 2026-2027 !



CALENDRIER PREVISIONNEL Saison 2026-2027



Avant chaque marche, pensez à consulter notre site internet www.marchevive.fr !
Des changements peuvent avoir lieu, des marches peuvent être annulées, des lieux modifiés (selon les conditions climatiques notamment ...). Soyez vigilants !

Seul le site de Marche Vive est régulièrement actualisé et constitue la référence officielle pour les informations à jour.

Pour les sorties de **Marche Active**, RDV à 8h45 au parking Olympie à Treillières et **départ à 9h pile** pour la sortie ou pour le covoiturage si un autre point de départ est indiqué. Si **sortie en extérieur départ à 9h15** du point indiqué.

Pour les sorties de **Marche Nordique**, RDV à 8h45 au parking Olympie à Treillières.

Pour les sorties sur Treillières, départ vers 9h, après **10 min d'échauffement**.

Pour les sorties délocalisées, covoiturage au départ de Treillières ou rendez-vous au point indiqué par mail. L'échauffement est effectué sur le site de départ.

MA = Sortie Marche Active : un groupe à 5 km/h et un autre groupe à 6km/h

MN = Sortie Marche Nordique

n° : numéro du circuit du jour. Vous pouvez retrouver les circuits sur le site de Marche Vive www.marchevive.fr, en cliquant sur le jour choisi dans le calendrier de la page d'accueil et grâce à l'application OpenRunner, les télécharger sur votre smartphone pour vous laisser guider par le GPS.

Calendrier Marche Active :

PARCOURS	PARCOURS OPENRUNNER		Date	Sens de la marche
	5kms/h	6kms/h		
Parcours 34 Treillières La bruyère Robert Le brulis	20492597 10,4km	18987421 12,4km	13/09/26 Pot de rentrée	Anti- horaire
Parcours 06 Le tour de Treillières	12471456	12471557	27/09/26	Horaire
Reconnaissance chemins Treillieraine			04/10/26	
La TREILLIERAINE			11/10/26	
Parcours 04 Château du Saz	9376934	9376925	25/10/26	Horaire
Parcours 07 Départ imprimerie Bourdeau	10672157	12331057	08/11/26	Anti- horaire
Parcours 05 Garambeau Chambouin Station Météo	12474710	12474925	22/11/26	Horaire
Parcours 36 Grandchamp des fontaines le verger la Noe Davy	18517592	20581500	06/12/26	Anti- horaire
Parcours 25 Fayau / Frosnière/Chemin de la messe	9023838 (9,2km)	9023823	20/12/26 Pot vin chaud	Anti- horaire
2027				
Parcours 33 Mauvais tour la primaudière	20288415	20492310	03/01/27	Anti- horaire
Parcours 08 Les Hauts de l'Aulne	9815723	9815737	17/01/2027 Galette rois	Anti- horaire
Parcours 27 Le Haut Roty - La Belle Etoile	12481165	12481245	31/01/27	Horaire

PARCOURS	PARCOURS OPENRUNNER		Date	Sens de la marche
	5kms/h	6kms/h		
Parcours 01 Fayau-Brulis-Ménardais- Garambeau	13369186	11989266	14/02/27	Anti- horaire
Parcours 23 Sucé sur Erdre	9037124	9037107	28/02/27	Anti- Horaire
Parcours 21 La Paquelais (Départ à la Paquelais)	9354006	11593869	14/03/27	Anti- horaire
Parcours 35 Coralu / La ménardais / Le pas de la vierge	20492951	19156677	28/03/27	Horaire
Parcours 17 Moto cross Sucé	12478119	12478189	04/04/27	Horaire
Rando vélo			11/04/27	
Parcours 15 La Chapelle Sur Erdre (Départ intermarché)	12104627	12150041	25/04/27	Anti- horaire
Parcours 18 Primaudière- Hunelière	12480713	12480790	09/05/27	Horaire
Parcours 22 Orvault	21846392	21829867	23/05/27	Horaire
Parcours 26 Sautron (Départ parking de la cascade)	12477762	12477855	06/06/27	Horaire
Parcours 09 Garambeau La Bernardais	12066180	13848133	20/06/27 Pot	Anti- horaire
Parcours 31 Casson (Départ complexe sportif)	12491160	12491096	04/07/27	Horaire

Calendrier Marche Nordique :

PARCOURS	COMMUNE	OPEN RUNNER	DATE
Le Pont du gué		24032402	19/09/26
La Gréhandière	Treillières	10451691	03/10/26
Circuit	La Paquelais	21771372	17/10/26
Ortais / Bois de Gesvres	Treillières	9137825	31/10/26
Circuit	Treillières	10252277	14/11/26
Circuit	La Chapelle	21771833	28/11/26
Coralu / La Ménardais / Le pas de la Vierge	Treillières	19156677	12/12/26
Vireloup / Muzon / Bois long luc	Treillières	13924667	26/12/26
Circuit	Grandchamps Des Fontaines	21771849	09/01/27
Chemin de la Houssais / Le Parellais	Treillières	18390355	23/01/27
Marche de Treillières 2025	Treillières	20079860	07/02/27
Circuit	Couëron	21771860	21/02/27
Le Château de Treillières / Muzon	Treillières	22872024	06/02/27
Garambeau / Chambouin / Station météo	Treillières	18027322	20/02/27
La Vallée du Cens	Orvault	12593441	06/03/27
La Bruyère Robert / le Brulis	Treillières	18987421	20/03/27
Champeaux / Louinière	Treillières	9703339	03/04/27
Circuit	Casson	21771909	17/04/27
Le Tour de la Ménardais	Treillières	9399379	01/05/27
La Ménardais / La Barre / Baclais	Treillières	9222044	15/05/27
Primaudière / Hunelière	Treillières	12480790	29/05/27



Consignes de sécurité



Les marches actives et nordiques sont encadrées par des accompagnateurs bénévoles (reconnaissables à leur gilet orange), à l'avant et à l'arrière du groupe. Les équipes d'accompagnateurs se relaient sur l'année pour encadrer les groupes des marcheurs. Ils repèrent le circuit la semaine précédant la marche afin de guider sereinement.

Les marcheurs doivent rester groupés, écouter et respecter les consignes des accompagnateurs et ne pas dépasser les accompagnateurs de tête.

Le port du gilet jaune est vivement conseillé. Le marcheur est tenu de respecter le code de la route. En présence d'accotements et/ou trottoirs, le groupe les emprunte en priorité. Si besoin, le groupe pourra être scindé afin de laisser un intervalle de 50 mètres entre chaque sous-groupe.

Retrouvez toutes les informations et documents dans « Infos pratiques », dossier « documents » sur le site de Marche Vive www.marche.vive.fr !

Et si c'était vous ! le club a besoin

de volontaires pour aider les accompagnateurs à encadrer les groupes 5 et 6 km/h, et la marche nordique ponctuellement ou sur l'année.

L'accompagnement s'apprend : vous pouvez vous y essayer lors d'une sortie en voyant directement avec les accompagnateurs du jour. Il faut des accompagnateurs en tête de marche mais aussi à la fin !

Merci à tous pour votre contribution