

MARNAC 05 04 2023

30 randonneurs au rdv pour une boucle de 9,5 km, sous un soleil radieux et sur un parcours vallonné. Ambiance détente.

ngg_shortcode_0_placeholder

BEZENAC 29 03 2023

29 marcheurs pour la bien connue Boucle de Bézenac longue de 8 km. Une belle journée de printemps (25°C) et de jolis paysages.

ngg_shortcode_1_placeholder

MEYRALS 22 03 2023

La Boucle de Carmensac a réuni 29 marcheurs pour une rando de 12 km.

ngg_shortcode_2_placeholder

ST-CERNIN DE L'HERM 19 03 2023

La Boucle du Gros-châtaignier longue de 17,5 km a réuni 13 marcheurs ce dimanche. Des inconditionnels qui n'ont pas craint de braver la météo pluvieuse.

ngg_shortcode_3_placeholder

LE BUGUE 15 03 2023

Belle rando sur Le Bugue de 9 km avec 23 personnes. Circuit avec de belles côtes au départ mais de belles vues et de belles maisons.

ngg_shortcode_4_placeholder

Recettes de pâtisserie

Brownie-chocolat-banane

Cake Noix Pruneaux

Gâteau à la banane

Gâteau moelleux à l'orange

Pavé à la noix de coco