



BULLETIN
FEVRIER 2019 - 294

La Saint Valentin se fête aussi chez les seniors

Rappel aux personnes inscrites

Galette des rois le Jeudi 7 février 2019

Salle des Cordulies au Havre d'Olonne à partir de 14H00

N'oubliez pas
vos couverts
assiettes, verres
et tasse à café



Jocelyne DEVILLERS

Danse en ligne

Nous avons une nouvelle animatrice de danse en ligne depuis octobre 2018
L'activité a lieu de ce fait le jeudi matin. Les cours sont fortement appréciés
Mais la salle qui nous a été octroyée en dépannage était bien trop exigüe
Pour permettre un développement réel de l'activité

GRAND CHANGEMENT EN CE DEBUT D'ANNEE:

Nous venons d'obtenir la salle des fêtes de La Chaume (grande capacité)
Jocelyne Devillers va pouvoir exceller dans sa discipline et partager son talent
Toujours souriante et avenante, elle sera ravie même en cours d'année de vous initier à la danse en ligne

Salle des fêtes de La Chaume - Place d'Armes (le long du chenal)

Le mot de la présidente



Le temps est relativement clément en ce début d'année.
Vous êtes de plus en plus nombreux lors des marches 4, 8, 12 Km
N'oubliez pas de suivre les consignes de vos animateurs. Vous avez fait le choix de marcher en groupe;
alors ne marchez pas en dehors et loin du groupe
Le CSLRO ne serait être tenu responsable en cas de non respect de ces consignes.

activités de février

Pas de yoga - Pas les gyms de Véronique semaine du 18 au 22 février 2019,
Stretching et Mouv'zen: toutes les séances sont maintenues jusqu'à la fin du mois, sauf les 11 et 12 février
Pas de GMF les 13 et 20 février - Pas d'Aquagym les Lundis 11 et 18, les Vendredis 15 et 22 février
Mini-tennis: en activité tout le mois de février • Danse en ligne: en activité tout le mois de février

quelques rappels d'infos

Repas de printemps Jeudi 28 mars - animation " Double Effet "



Vendredi 22 mars rendez-vous au Bowling à 16h30 - 10€ par personne pour 2 parties et une boisson

Les inscriptions se feront début mars

Autres sorties prévues dates actuellement non fixées

Sortie théâtre • Une journée à l'Île d'Yeu en juin

Programme des activités "Vélos" *Respectez impérativement les consignes de l'animateur*

Pour les activités Vélo: port du casque obligatoire, gilet jaune, trousse de réparation, chambre à air, boisson. Respecter le code de la route, suivre le tracé de l'animateur.

Balade à vélo (Mardi)



DÉPART à 13h30
HORAIRE D'HIVER

05 fév	Colette DENYS	Départ P Aire des Vallées	☎ 07 83 10 19 05
12 fév	Jean Pierre DE JESUS	Départ P La Sablière	☎ 06 60 45 01 51
19 fév	Jean Pierre DE JESUS	Départ P La Sablière	☎ 06 60 45 01 51
26 fév	Marie Claude LETOURNEUX	Départ P La Sablière	☎ 06 51 66 96 79

Randonnée VTC (Mardi)



DÉPART à 13h30
HORAIRE D'HIVER

05 fév	Sable et Château Jean Pierre NERRIERE	Départ P La Sablière	☎ 06 64 69 52 96
12 fév	La Normandelière Didier LETOURNEUX	Départ P La Sablière	☎ 06 24 22 78 86
19 fév	Par la passerelle du Cul d'âne Guy BERTRAND	Départ P Aire des Vallées	☎ 06 75 78 74 67
26 fév	St Mathurin / Les Noues René RYCHEMBUSCH	Départ P Aire des Vallées	☎ 06 79 53 67 11

Programme des activités "Marches" *Respectez impérativement les consignes de l'animateur*

Le point de départ de chaque marche est donné à titre indicatif, mais susceptible d'être modifié (ex: météo non propice à l'activité). Téléphoner à l'animateur avant de se rendre sur place. Vous ne devez pas précéder l'animateur guide, vous devez respecter les obligations et permissions du code de la route
Pour les trois activités « MARCHES » bien se chauffer et s'hydrater

Promenade 4 kms (Mardi)




RENDEZ-VOUS à 10h00
(sur le lieu de départ)

05 fév	Autour du puits Rochais/Château Marc LETOUT	Départ P Ferme de Villeneuve	☎ 06 31 61 96 61
12 fév	La Rudelière / Château Dominique GOULLEY	Départ P Face au Zoo	☎ 06 30 40 28 49
19 fév	La Burelière / Ile d'Olonne André PIETERS	Départ P Mairie de l'Ile d'Olonne	☎ 06 68 82 45 14
26 fév	Port de la Chaume / la Chaume Dominique GOULLEY	Départ P Capitainerie	☎ 06 30 40 28 49

Marche 8 kms (Jeudi)



RENDEZ-VOUS à 13h45
P la Sablière
Ou sur le lieu de départ à 14h15

07 fév	 Pas de marche		
14 fév	Château d'Olonne Annie LETOUT	Départ 14h15 P Puits d'Enfer	☎ 06 02 22 53 86
21 fév	Talmont St Hilaire Jean Pierre DE JESUS	Départ 14h15 P La Noue Martin	☎ 06 60 45 01 51
28 fév	Jard sur Mer Michel MILBURY	Départ 14h15 P la Ragounite	☎ 07 81 34 86 39

Randonnée 12 kms (Jeudi)



RENDEZ-VOUS
à 13h30 précises

07 fév	 Pas de rando		
14 fév	Château d'Olonne P Bois St Jean Gérard MONY	Départ P La Boussole (pharmacie)	☎ 06 81 19 85 05
21 fév	Brétilles/Mer P Marais Girard Gérard HOMBURGER	Départ P La Boussole (pharmacie)	☎ 06 72 88 73 61
28 fév	Grosbreuil P Superette Anne-Marie GROSBON	Départ P La Boussole (pharmacie)	☎ 06 71 82 26 48