



Le mot du président

**BULLETIN MENSUEL
FEVRIER 2022 - 314**



Chers adhérents,

Malgré quelques contraintes sanitaires, nous avons pu reprendre toutes nos activités début janvier. Nous allons pouvoir respecter les bonnes résolutions que nous avons prises au nouvel an.

Cependant, la préfecture interdisant toujours tout rassemblement festif, nous avons dû annuler « la galette » prévue le 1^{er} février. J'espère de tout cœur pouvoir maintenir le repas de printemps du 17 mars prochain.

En vous souhaitant une belle et heureuse année 2022.

A bientôt.

Marc LETOUT

Infos activités

Programme des activités n'ayant pas lieu en février ==>> IN FINE

Programme des activités "Vélo"

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) Parcours d'environ 25-30 km

DÉPART à 13h45 **P**

3	01 fév	Le Veillon	La sablière
2	08 fév	La Fosse aux Gendarmes	La sablière
1	15 fév	Les Marais	La sablière
2	22 fév	Le havre de la Gachère	La sablière

2 Bernard ORTOLLAND
06 42 86 82 46

1 Joseph ZAPPAVIGNA
06 42 14 23 73

3 Georges DENIS
06 38 02 55 07

Vélo VTC (Mardi) Parcours d'environ 42 km

DÉPART à 13h45 **P**

2	01 fév	Brem la touche	La sablière
3	08 fév	Ilaude	Aire des Vallées
1	15 fév	La vignolière	Aire des Vallées
1	22 fév	La Normandelière	La sablière

1 Guy BERTRAND
06 75 78 74 67

2 René RYCHEMBUSCH
06 79 53 67 11

3 Alain LEBOEUF
06 13 78 00 49

Programme des différentes marches

Respectez impérativement les consignes de l'animateur

Lors de la marche, pas précéder l'animateur guide. Vous devez respecter les obligations et permissions du code de la route. Pour les ces quatre activités, bien se chauffer et s'hydrater.

Marche 4 km (mardi à 10h00) DÉPART

③	01 fév	La chaume et bord de mer	P	Phare de l'Armandèche
①	08 fév	Bourg d'Olonne	P	La Jarrie, rue des Rigottières
	15 fév	Pas d'animateur // Pas de marche	P	//
②	22 fév	Parcours du bois au Château d'Olonne	P	Bois Saint Jean

② Marc LETOUT
☎ 06 31 61 96 61

③ Catherine SALMON
☎ 06 78 83 44 02

① Dominique GOULLEY
☎ 06 30 40 28 49

Marche 8 km (Jeudi à 14h15) RENDEZ-VOUS SUR LE LIEU DE DÉPART

③	03 fév	Sauveterre	P	Aire du curé – Les Sables d'O.
④	10 fév	La ria du payré	P	Complexe des Ribandeaux - Talmont St Hilaire
②	17 fév	La burelière et les éoliennes	P	P1 Les Salines - L'île d'Olonne
①	24 fév	Le puits d'enfer	P	du puits d'enfer – Les Sables d'O.

① Annie LETOUT
☎ 06 02 22 53 86

② Michel MILBURY
☎ 07 81 34 86 39

③ Daniel ROUSSEAU
☎ 07 71 73 66 55

④ Patrice PONTIER
☎ 06 31 77 11 22

Marche 12 km (Jeudi à 14h00) RENDEZ-VOUS DÉPART *Chaussures rando obligatoires*

①	03 fév	Le cul d'âne	P	Plage du Veillon – Talmont St Hilaire
	10 fév	Pas d'animateur // Pas de marche	P	//
④	17 fév	Les éoliennes	P	de la mairie du Bernard – Le Bernard
②	24 fév	Les menhirs	P	de la mairie du Bernard – Le Bernard

② Anne-Marie GROSBON
☎ 06 71 82 26 48

① Jacques PERIN
☎ 07 70 59 29 00

③ Jean-Yves Body
☎ 06 20 36 76 88

④ Marc PLANCHAIS
☎ 06 75 80 96 79

Marche nordique (Lundi à 09h15) RENDEZ-VOUS DÉPART

①	07 fév	Circuit la Forêt d'Olonne	P	La plage des graviers – Les Sables d'O.
①	14 fév	Circuit du Veillon	P	La plage du Veillon - Talmont St Hilaire
①	21 fév	Circuit mer et Forêt	P	La Forgerie – Les Sables d'O.
①	28 fév	Circuit de la Mine	P	Vivier de la Mine - Talmont St Hilaire

① René MASCE ☎ 06 37 96 32 69

- pas de **stretching** les 14/02 et 17/02
- pas de **yoga** les 14/02 et 18/02
- pas de **mini tennis** les 09/02 et 16/02
- pas de **gym pilates** le 15/02
- pas de **GMF** le 16/02
- pas de **bureautique** les 09/02 et 16/02
- pas de **couture** les 09/02 et 16/02

- pas de **mouv zen** les 15/02 et 16/02
- pas de **danses tradi.** les 07/02 et 14/02
- pas de **gym douce** le 17/02
- pas d'**Aquagym** durant les congés scolaires
- pas de **gym renforcement muscu.** Le 15/02
- pas de **théâtre** en février