

Club Sports et Loisirs



des Retraités des Olonnes

**BULLETIN MENSUEL
FEVRIER 2024**

Infos activités

Toutes les informations concernant les activités sont indiquées dans le tableau in fine

Programme des activités cyclistes

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 14h00	P			
3	06/02/2024	La gachère	La sablière				
2	13/02/2024	Le Veillon	La sablière				
4	20/02/2024	La Barbière marchande	Aire des Vallées				
1	27/02/2024	Fosse aux Gendarmes	La sablière				
2	Bernard ORTOLLAND 06 42 86 82 46	1	Joseph ZAPPAVIGNA 06 42 14 23 73	4	Hubert CORDON 07 80 98 14 43	3	Jacques Raud 06 64 02 32 57

Vélo VTC (Mardi) Parcours d'environ 42 km			DÉPART à 13h45	P	
3	06/02/2024	Plan d'eau de la Chapelle Talmont	Aire des Vallées		
1	13/02/2024	Rando de la St Valentin	La sablière		
3	20/02/2024	Le Bois Savin	Aire des Vallées		
1	27/02/2024	La Normandelière	La sablière		
1	Philippe GAZEAU 06 08 07 46 62	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 à 5 km (mardi à 10h00)			Chaussures rando obligatoires	DÉPART	P		
4	06/02/2024	Balade mer et forêt	Vivier de la Mine Talmont				
2	13/02/2024	Balade mer et forêt	Plage de Sauveterre				
3	20/02/2024	Fenestreau Château d'Olonne	Complexe sportif Coubertin				
1	27/02/2024	Marais forêt d'Olonne	Aire de la Ste Emilienne près du restaurant				
2	Gérard LEMAI 06 31 93 39 96	3	Catherine SALMON 06 78 83 44 02	4	Martine LEMAI 06 31 93 39 96	1	Dominique GOULLEY 06 30 40 28 49

Marche 8 km (Jeudi à 14h15)

Chaussures rando obligatoires

RENDEZ-VOUS SUR LE LIEU DE DÉPART **P**

③	01/02/2024	Jard sur Mer	Rue de la Perpoise GPS : 46.420500, -1.575654
	08/02/2024	Pas de marche galette des rois	
④	15/02/2024	Vivier de la Mine	Vivier de la Mine Bourgenay
③	22/02/2024	Olonne sur Mer	La Jarrie Olonne sur Mer
①	29/02/2024	La Pierre levée Brétignolles sur Mer	Super U Brétignolles

④ **Pascal TOUCHARD** 📞 06 87 29 33 89 ② **Yanick BLANDIN** 📞 07 61 49 27 67 ③ **Jacques RAUD** 📞 06 64 02 32 57 ① **Patrice PONTHER** 📞 06 31 77 11 22

Marche 12 km (Jeudi à 14h00)

Chaussures rando obligatoires

RENDEZ-VOUS

DÉPART **P**

③	01/02/2024	La pointe du Payré	St Nicolas Jard / Mer GPS : 46°25'17.1"N 1°37'36.7"W
③	08/02/2024	Les chemins creux LSO	Saint Jean de l'Orbestier GPS : 46°28'03.5"N 1°43'51.5"W
③	15/02/2024	Les Moulières	Beaulieu sous la Roche GPS : 46°39'07.7"N 1°37'43.1"W
③	22/02/2024	Port Olona, L'Aubraie, La Paracou ...	Les Sables d'Olonne GPS : 46°29'39.2"N 1°47'45.6"W

③ **Gens REYNAUD**
📞 06 74 12 13 12

Marche nordique (Lundi à 09h00)

Chaussures rando obligatoires

RENDEZ-VOUS **P**

DÉPART

①	05/02/2024	Circuit forêt et marais	Gymnase des Sauniers
	12/02/2024	Pas de marche	
①	19/02/2024	Circuit forêt et marais	Aire de la Tantouille
①	26/02/2024	Circuit forêt et marais	Le Havre d'Olonne

① **Didier Gaborieau** 📞 06 76 83 48 13

ACTIVITES	INFOS ACTIVITES FEVRIER 2024
MINI TENNIS LES SAUNIERS	LA SALLE SERA OCCUPEE LE MERCREDI 28 FEVRIER ET LE MERCREDI 6 MARS 2024 PAR LES « TICKETS SPORT »
GYM MF SALLE DE DANSE COUBERTIN	GAETAN : LA SALLE SERA OCCUPEE LE VENDREDI 2 FEVRIER PAR LE « GALA DE BOXE »
TENNIS DE TABLE COUBERTIN	LA SALLE SERA OCCUPEE LE LUNDI 26 FEVRIER ET LUNDI 4 MARS PAR LES « TICKETS SPORT »
STRETCHING, Mouv Zen	LAURENT : PAS DE COURS DU 4 MARS AU 9 MARS, reprise le 11 mars
GYM DOUCE, PILATES, RM	VERONIQUE : PAS DE COURS DU 4 MARS AU 9 MARS, reprise le 12 mars
YOGA	MAUD : PAS DE COURS DU 4 MARS AU 9 MARS, reprise le lundi 11 mars
PISCINE LES CHIRONS	FERMEE PENDANT LES VACANCES SCOLAIRES
INFORMATIQUE	MICHEL : PAS DE COURS LE 28 FEVRIER ET 6 MARS, reprise le 13 mars
GALETTE DES ROIS	LE 8 FEVRIER SALLE AUDUBON
COUTURE	RENEE : PAS DE COUTURE DU 24 FEVRIER AU 10 MARS, reprise le 13 mars
DANSES TRADITIONNELLES	MARIE FRANCE : PAS DE DANSE DU 26 FEVRIER AU 10 MARS, reprise le 11 mars

Théâtre

Pas d'activité les 29 février et 7 mars