



# Club Sports et Loisirs DES RETRAITÉS DES OLONNES



[www.asso-cslro.org](http://www.asso-cslro.org)

**BULLETIN**  
NOVEMBRE 2017 - 281

## Repas de fin d'année Dimanche 10 décembre 2017

Salle Calixte-Aimé Plissonneau Le Château d'Olonne



Journée animée par  
**SAXO ANIMATION**

### Menu

### Apéritif

Sangria - assortiment de petits fours salés (4 par pers)

**Tartare de St Jacques**

**Trou Normand**

(vodka, citron vert)

**Pavé de cerf aux morilles**

**Garniture de légumes**

**Assiette de 2 fromages**

et salade verte

**Bûchette au chocolat**

**Pétillant**

**Café**



compris

**Prix: 33€** adhérents et conjoints - **36€** invités extérieurs

Le bulletin d'inscription est sur le site - limité au 30 novembre



## Théâtre **LA BOITE A RIRE** 15 novembre

La place : 13€ Verre de l'amitié offert par le CSLRO en fin de séance

réservation: Gérard Hombourger 06 72 88 73 61 - [g.hombourger@wanadoo.fr](mailto:g.hombourger@wanadoo.fr)

Voir le résumé du spectacle et autres informations sur le site en rubrique "EVENEMENTIEL"



## Sortie pédestre et vélo à Cussac dans le Limousin

les 28, 29 et 30 mai 2018

Le bulletin d'inscription est sur le site - limité au 08 novembre



### Prochains événements



Le Jeudi 7/12/2017 à Château d'Olonne. Marche 4, 8 et 12 km - le Samedi 9/12/2017 aux Sables. Marche 7 km  
La participation individuelle sera de **4€**

Mystère de Noël au Puy du Fou le Samedi 16/12/2017 • Galette des rois le Jeudi 25/01/2018

30<sup>ème</sup> anniversaire du CSLRO le Vendredi 30/03/2018



Le CSLRO compte à ce jour 615 adhérents.

Nous avons arrêté les inscriptions pour maintenir un bon niveau de convivialité et conserver la qualité de nos cours (gym, stretching, yoga et autres).

A cet effet un nouveau cours de stretching aura lieu le Jeudi après midi de 15h30 à 16h30

à partir du 9 novembre 2017 dans la salle de danse à Olonne Espace.

Le cours de yoga du Lundi débutera à 16h00 au lieu de 16h30 à partir du 13 novembre 2017 et aura lieu également dans la salle de danse à Olonne Espace.

L'utilisation d'une plus grande salle favorisera l'espace nécessaire à exécuter vos différents exercices.

# 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 14H00**

<b>07 nov</b>	Jean Pierre DE JESUS	Départ <b>P</b> La Sablière	☎ 06 60 45 01 51
<b>14 nov</b>	Colette DENYS	Départ <b>P</b> Aire des Vallées	☎ 07 83 10 19 05
<b>21 nov</b>	Daniel BLOUIN	Départ <b>P</b> La Sablière	☎ 06 30 97 67 42
<b>28 nov</b>	Marie Claude LETOURNEUX	Départ <b>P</b> La Sablière	☎ 06 51 66 96 79

## Randonnée VTC (Mardi)



**DÉPART à 13h30**

**HORAIRE D'HIVER**

<b>07 nov</b>	<b>Notre Dame de la Forêt</b> Jean Pierre NERRIERE	Départ <b>P</b> Aire des Vallées	☎ 06 64 69 52 96
<b>14 nov</b>	<b>En passant par le Golf</b> Guy BERTRAND	Départ <b>P</b> Aire des Vallées	☎ 06 75 78 74 67
<b>21 nov</b>	<b>Les éoliennes de l'île</b> Didier LETOURNEUX	Départ <b>P</b> La Sablière	☎ 06 24 22 78 86
<b>28 nov</b>	<b>La Guittière</b> Fernand LOUIS	Départ <b>P</b> Aire des Vallées	☎ 06 08 24 64 33

# 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 marcher sur les trottoirs ou le bord droit de la route et emprunter les passages piétons. Pour les trois activités « MARCHES » bien se chauffer et s'hydrater

## Promenade 4 kms (Mardi)



**RENDEZ-VOUS à 10h00**

*(sur le lieu de départ)*

<b>07 nov</b>	<b>Abbaye d'Orbestier / Château</b> André PIETERS	Départ <b>P</b> Bois St Jean (avant Cayola)	☎ 06 68 82 45 14
<b>14 nov</b>	<b>Nouveau circuit / Château</b> Marc LETOUT	Départ <b>P</b> centre ville (feux tricolores)	☎ 06 31 61 96 61
<b>21 nov</b>	<b>A la caserne des pompiers / Sables</b> Dominique GOULLEY	Départ <b>P</b> La Sablière	☎ 06 30 40 28 49
<b>28 nov</b>	<b>Dans les marais / Olonne</b> André PIETERS	Départ <b>P</b> Aire de la Ste Emilienne	☎ 06 68 82 45 14

## Marche 8 kms (Jeudi)



**RENDEZ-VOUS à 13h45**

**P** la Sablière

**Ou sur le lieu de départ à 14h15**

<b>02 nov</b>	<b>Forêt d'Olonne</b> Jean Pierre DE JESUS	Départ 14h15 <b>P</b> Aire de la Tantouille	☎ 06 60 45 01 51
<b>09 nov</b>	<b>Brétignolles</b> Michel MILBURY	Départ 14h15 <b>P</b> marais Girard	☎ 07 81 34 86 39
<b>16 nov</b>	<b>Bourgenay</b> Daniel ROUSSEAU	Départ 14h15 <b>P</b> bois du Veillon (camping car)	☎ 07 71 73 66 55
<b>23 nov</b>	<b>Forêt d'Olonne</b> Michel MILBURY	Départ 14h15 <b>P</b> Aire du Menhir	☎ 07 81 34 86 39
<b>30 nov</b>	<b>Olonne</b> Raymond LEGAS	Départ 14h15 <b>P</b> du canal chemin du halage	☎ 06 19 30 06 21

## Randonnée 12 kms (Jeudi)



**RENDEZ-VOUS à 13h30 précises**

<b>02 nov</b>	<b>Les Clouzeaux</b> <b>P</b> salle omnisport Gérard HOMBOURGER	Départ <b>P</b> La Boussole (pharmacie)	☎ 06 72 88 73 61
<b>09 nov</b>	<b>Ste Flaive des Loups</b> <b>P</b> Salle socio-culturelle Anne Marie GROSBON	Départ <b>P</b> La Boussole (pharmacie)	☎ 06 71 82 26 48
<b>16 nov</b>	<b>Ile d'Olonne</b> <b>P</b> N°2 les Sauniers Gérard HOMBOURGER	Départ <b>P</b> La Boussole (pharmacie)	☎ 06 72 88 73 61
<b>23 nov</b>	<b>La Baudrière</b> <b>P</b> Le Jaunay - La Baudrière Gérard MONY	Départ <b>P</b> La Sablière	☎ 06 81 19 85 05
<b>30 nov</b>	<b>Brétignolles</b> <b>P</b> Super U Jacques PERIN	Départ <b>P</b> La Boussole (pharmacie)	☎ 07 70 59 29 00