

# Club Sports et Loisirs



## des Retraités des Olonnes

### Infos activités

Toutes les informations relatives aux activités sont indiquées dans le tableau in fine

**05 septembre : réunion des animateurs**



**09 septembre : reprise des activités du club**

**19 septembre : assemblée générale**

**BULLETIN MENSUEL  
SEPTEMBRE 2024**

### 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**

1	10/09/2024	St Mathurin	La sablière
3	17/09/2024	Passerelle du cul d'âne	La sablière
2	24/09/2024	La fosse aux gendarmes	La sablière

**2** Bernard ORTOLLAND  
06 42 86 82 46

**1** Joseph ZAPPAVIGNA  
06 42 14 23 73

**4**  
**3** Jacques Raud  
06 64 02 32 57

#### Vélo VTC (Mardi) Parcours d'environ 42 km

**DÉPART à 13h45** **P**

2	10/09/2024	La Guittière	Aire des Vallées
2 OU 3	17/09/2024	La Salaire	La Sablière
3	24/09/2024	La levrette	Aire des Vallées

**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 (mardi à 10h00)

**Chaussures rando  
obligatoires**

**DÉPART** **P**

3	10/09/2024	Balade mer et dunes La Chaume	La Paracou (bar à jus)
1	17/09/2024	Circuit au départ parking	Le Havre d'Olonne
4	24/09/2024	Marais et galerie photos	N°2 île d'Olonne

**3** Catherine SALMON  
06 78 83 44 02

**2** Gérard LEMAI  
06 31 93 39 96

**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**

1	12/09/2024	Ste Foy	de la mairie
	19/09/2024	Assemblée Générale	
3	26/09/2024	La Guittière (dégustation huîtres)	Rue de la Roussière

**4** Pascal TOUCHARD  
06 87 29 33 89

**2**  
**3** Jacques RAUD  
06 64 02 32 57

**1** Patrice PONTIER  
06 31 77 11 22

## Marche 12 km (Jeudi à 14h00)

*Chaussures rando obligatoires*

RENDEZ-VOUS

DÉPART **P**

③	12/09/2024	<b>14h15</b> - Lac du Jaunay – St Julien des L.	La Baudrière
③	19/09/2024	Assemblée Générale	
③	26/09/2024	<b>14h00</b> La Chaize Giraud	Salle des Mouettes

③ Gens REYNAUD 📞 06 74 12 13 12

## Marche nordique (Lundi à 09h00)

*Chaussures rando obligatoires*

RENDEZ-VOUS **P**

DÉPART

①	09/09/2024	Circuit forêt et marais	Le havre d'Olonne
①	16/09/2024	Circuit forêt et marais	Plage des graviers
①	23/09/2024	Circuit forêt et marais	Vivier de la mine
①	30/09/2024	Circuit forêt et marais	Plage de Sauveterre

① Didier Gaborieau 📞 06 76 83 48 13

### INFOS ACTIVITES SEPTEMBRE 2024

ACTIVITES

OBSERVATIONS

**Les activités reprennent à compter du  
9 septembre 2024**