



PROGRAMME DE MARCHE NORDIQUE

Président de l'association SJEM (Saint Jouan En Marche) : Didier CANTARUTTI 07 81 41 22 79 - **Référent Section Marche Nordique :** Daniel EJARQUE : 06 76 21 00 49

Animateurs Brevetés : Mmes Odile NOEL : 06 34 96 94 13 – Martine CHESNAIS : 06 86 99 41 08- Servane COUAPEL : 06 88 32 02 48 - Dominique ROQUET 06 14 43 00 62 - Catherine EZVAN : 0670291605

Animateurs de proximité CARP : - Charles BOISSONNEAU : 0650604586. Gilbert FOURE 0601094522.

E-mail: jouan.marche@gmail.com **Site :** www.saintjouanenmarche.com - **Profils de parcours (notamment par rapport au dénivelé) :** F =Facile/ M= Moyen/ E=Exigeant/ D = Difficile

Covoiturage possible depuis le parking du stade (Salle des loisirs)à ST JOUAN DES GUERETS : Départ à 09h00, afin de démarrer l'activité à 09h30 au plus tard

* Lorsqu'il est pratiqué au sein de l'Association, sous l'autorité et la responsabilité du conducteur qui peut imposer le port de masque dans son véhicule, il est d'usage de remettre au conducteur, une participation aux frais de transports de 2,00 € pour les déplacements jusqu'à 60 km A/R et 3,00 € si plus de 60 km A/R (délibération C.A. du 24/06/2019).

* **En cas de difficulté de dernière minute relative à une sortie, contacter en priorité l'animateur « Principal » désigné pour encadrer et animer cette sortie.**

Les parcours portent des codifications que vous pourrez consulter sur le site «<https://www.calculitineraires.fr/>», en sélectionnant «rechercher un itinéraire».

Le circuit et kms sont donnés à titre indicatif ; l'animateur en charge du parcours de la séance peut être amené à l'adapter aux conditions du moment (météo, environnement,groupe).

OCTOBRE 2026				PLANNING RANDOS MARCHE NORDIQUE									
données variables				données invariables									
J	Q	marée	Animateurs*	C.post	ville secteur	parking départ	observation	nom de la randonnée	kms	prof	code CiN		Z ligne
LUN	5		Dominique/Servane	22490	Pleslin trivagou	Ancienne gare	Formations à préciser	Les mégalithes (parcours réductible sur voie verte)	12	M	1321662	réductible	
MER	7		Daniel/catherine	35350	St Coulomb	Chevrets guimorais	Formations à préciser	Ile Besnard (circuit court sans ile besnard)	11,4	E	1231475	réductible	
LUN	12	93	Martine/Charles	22380	St Cast le guildo	Office tourisme	PARCOURS JOURNEE (picnic)	Tour de St Cast à Matignon	20,1	M	1384645		
LUN	12		Daniel à St Jouan pour parcours matinée et formations (si nouvelles personnes en essais ou perfectionnement MN)										
MER	14		Dominique/Charles/ daniel	35430	St suliac	Moulin à vent au mont garreau		Vers pointe du puit	10,1	M	1251475	réductible	
LUN	19	99	Catherine/Gilbert	35120	Vildé la marine	Eglise	Congés scolaires ! (Il se peut qu'il y ait moins d'encadrants pour gérer 2 groupes en sortie)	Halage vers le vivier/mer	12	F	1323530	réductible	
MER	21		Dominique/daniel	35730	Pleurtuit	Tertre es salines /Pont omnes		Tour du bois joli (réductible si demi tour au 1 ^{er} pont ; le circuit long normal va jusqu'au 2eme pont)	10,7	M	1241508	réductible	
LUN	26	98	Catherine/gilbert	35800	St lunaire	Le marais		Papillon	12	F	1222823	réductible	
MER	28	99	Dominique/daniel	35120	Plouer	Stade foot		Bois rochel	11	E	1498153	réductible	