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 Marche Nordique : - Mme Dominique AUBREE : 06 87 21 83 47 – Mme Odile NOEL : 06 34 96 94 13 – Mme Martine CHESNAIS : 06 86 99 41 08-

Mme Servane COUAPEL : 06 88 32 02 48 - Mme Dominique ROQUET 06 14 43 00 62 - Mr Daniel EJARQUE : 06 76 21 00 49

E-mail : jouan.marche@gmail.com **Site** :www.saintjouanenmarche.com**- Profils de parcours (notamment /dénivelés) : F =** Facile **/ M =** Moyen **/ 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 sur le lieu départ de la rando.

** 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 codes que vous pourrez consulter sur le site «https://www.calculitineraires.fr/», en sélectionnant «rechercher un itinéraire et tapant le N° code parcours ».

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).

DATE		A noter	MAI 2025					
			LOCALISATION RDV Parking	DESIGNATION DE LA RANDONNEE	Niveau	Kms	Duo Animation	N° Code parcours
LUN	5		Salle omnisport Vallée gatorge ST BRIAC 35800	Tour du frémur	facile	10 ,7	Martine daniel	877197
MER	7		La poste PLOUER 22490	Bois rochel	moyen	11	Dominiq R daniel	1141628
			Se garer plutôt a l'entrée du parking					ou 1498153
LUN	12		Le Davier plage du pont St MALO 35400	Le sillon le fort	facile	9,4	Servane	1365319
				La varde	moyen	11,3	Odile	1292905
MER	14		Impasse clos du marais St LUNAIRE 35800	Circuit papillon	moyen	11,5	Martine odile	1222823
LUN	**19**		**Parking de port pican CANCALE 35260 Pause déjeuner près parking véhicule**	**JOURNEE CONTINUE PIC NIC matinée : les hurets, grotte du nid, pointes la moulière et de la roche ; après midi : port mer, grouin, grand porche**	**moyen**	**12 9**	A confirmer Daniel/martine	**910390**
MER	21		Salle des sports St JOUAN 35430	Quelmer	moyen	10,7	Martine daniel	1168423
LUN	26	Marée 94	Ancienne gare rue du poudouvre PLESLIN 22490	Les mégalithes	moyen	10	Dom R daniel	1357282
MER	28	Marée 96	Les tennis du prieuré DINARD 35800	Boucle vers VV , l hermitage, étangs dicks et jardin manoli la richardais	moyen	10	Daniel	1237366 corrigé