



## PROGRAMME DE MARCHÉ NORDIQUE

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

Animateurs Brevetés Marche Nordique : 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

Animateurs de proximité CARP : Catherine EZVAN : 0670291605 - Charles BOISSONNEAU : 0650604586

E-mail : [jouan.marche@gmail.com](mailto:jouan.marche@gmail.com) Site : [www.saintjouanenmarche.com](http://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

\* 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).**

MOIS : MAI 2026				PLANNING RANDOS MARCHÉ NORDIQUE										
données variables				données invariables										
JOUR	Q	marée	les animants*	code post	ville secteur	parking départ	observations	nom de la randonnée	kms	profil	code CiN		Z	ligne
LUN	4	76	Martine/servane	35800	st briac	salle omnisport	Vallée gatorge	tour côtier guerin la haye	12,2	M	1240165		B	B22
MER	6		Odile/charles	35350	st coulomb	les chevrets	rue de la guimorais	ile besnard anse lupin	11,4	M	1231475		C	C33
LUN	11		Catherine/martine	35780	la richardais	Barrage	<u>Catherine pré-validation BF</u>	pointe cancaval et dick	10,6	M	1250081		A	A1
MER	13		Dominique/odile	22490	plouer	stade foot nouveau parking	les courtils (rue des riboules)	la matz	10,8	M	1339898		B	B18
LUN	18	99	Daniel/martine /catherine/charles	22100	Lanvallay Léhon Port Dinan	Parking près de la Maison de la rance Port lanvallay	<u>Journée ou demi journée</u> Tables pic nic près parking	matin : les hauts de Lehon aprem : les hauts de Taden	11,7 9,9	M M	1583896 1583901		C	
MER	20	87	Catherine/ daniel/ dominique	22690	pleudihen	Salle fêtes /sport	<u>Catherine pré-validation BF</u>	val hervelin	11,3	F	1292905		A	A13
LUN	25		Daniel présent		Proche st jouan	(jour +ou-féié)	Lundi de Pentecôte	A voir si on maintient une rando						
MER	27		Daniel/ dominiq	22770	lancieux	eglise		tour des rives du fremur	11,0	F	1156336		B	18