



Président de l'association SJEM (Saint Jouan En Marche) : Daniel VILLERET- 06 52 1334 38 - **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
 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.**
 Proposition de circuits balisés, codifiés, reconnus, communs au départ, avec des possibilités parcours long et court, pour animer avec 2 rythmes de pratiques selon les souhaits des participants
 Les parcours portent des codifications CIN que vous pourrez consulter sur le site «<https://www.calculitineraires.fr/>», en sélectionnant «rechercher un itinéraire».
 Les circuits et kms sont donnés à titre indicatif ; le Responsable en charge de la séance peut être amené à l'adapter aux conditions du moment (météo, environnement, terrain, groupe).

PLANNING JUILLET AOUT été 2024 avec encadrant

9 parcours d'été sélectionnés pour leur variété paysagère, leur tranquillité et leur ombrage.

Jour	Date	N°	Parcours proposé	Kms	F/M/D	Lien CIN code parcours	RDV Parking	Encadrant	Contact tph portable
mercredi	03-juil	1	la landriais	9,4	M	1365319	parking cimetièrre le minihic	dominique A	06 87 21 83 47
mercredi	10-juil	2	quelmer	10,7	M	1252965	parking la briantais st malo	dominique A	06 87 21 83 47
mercredi	17-juil	3	plumazon	11	F	1141628	parking poste plouer	dominique R	06 14 43 00 62
mercredi	24-juil	4	la quinois taden	12,7	M	1152275	parking la hisse st samson	dominique R	06 14 43 00 62
mercredi	31-juil	5	les hauts de miniac	12	M	1305817	parking cimetièrre miniac	odile	06 34 96 94 13
mercredi	07-août	6	les nielles	12	F	1426206	parking richeux st meloir	daniel	06 76 21 00 49
mercredi	14-août	7	tour du frémur	10,5	F	1241508	parking pont omnes pleurtuit	dominique A	06 87 21 83 47
mercredi	21-août	8	pilotais trebefour	9,3	F	1250106	parking ancienne gare pleslin	odile	06 34 96 94 13
mercredi	28-août	9	val hervelin	11,2	M	1292905	parking salle sport pleudihen	daniel	06 76 21 00 49
samedi	31-août		Forum VITAL SANTE			(informations sur SJEM, recrutement, démo MN)	DECATHLON SAINT JOUAN	daniel	06 76 21 00 49

Pour les lundis matin, pas d'encadrant prévu, mais libre à chacun de se retrouver au départ habituel des parcours, depuis le parking de la salle des sports de Saint Jouan.