







## PROGRAMME DE MARCHE NORDIQUE

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 Michel BUSNEL: 06.87.13.52.50 - 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 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).

Date		info	Lieu de la randonnée	RDV Parking	км	F/M/E	ref circuit	Lien CIN	ANIMATEUR PPAL/et second
LUN	4		circuit hourdel et cancaval	parking du barrage côté croisière LA RICHARDAIS 35780	10,6	mix	1250081	https://www.calculitineraires.fr/index.php?id=1250081#map	Odile/ daniel
MER	6		circuit st helier quelmer passagere	parking stade foot rue croix aux merles St JOUAN 35430	10,7	mix mix	1168423	https://www.calculitineraires.fr/index.php?id=1168423#map	Dom A/ dom R
LUN	11	marée haute	circuit château vallée montfilan (matin)	JOURNEE CONTINUE à CORSEUL 22130 parking près mairie; resto Le Val de Gravel place de l'église	11,0	mix	826941	https://www.calculitineraires.fr/index.php?id=896241#map	Daniel/ DomR/ Odile mireille tete de file
			circuit temple de mars (aprem)		8,0	facil	811372	https://www.calculitineraires.fr/index.php?id=811372#map	
MER	13	marée haute	circuit poissonniers	parking rue église LANCIEUX 22770	10,0	facil	1236465	https://www.calculitineraires.fr/index.php?id=1236465#map	Daniel/ Dom R Odile
LUN	18		Terre et mer	parking littoral sous le château richeux ST MELOIR 35350	11,0	mix	1159012	https://www.calculitineraires.fr/index.php?id=1159012#google_ vignette	Dom A /odile mireille tete de file
			possibilité réduire trajet au besoin			facil	1155012		
MER	20		circuit halage	parking La hisse côté halage St SAMSON 22100		facil			Dom R
			circuit menhir		10,0	mix	1357278	https://www.calculitineraires.fr/index.php?id=1357278#map	Dom A
LUN	25		circuit pointe du puits	parking près camping les cours ST SULIAC 35430	10,6	exig	1251690	https://www.calculitineraires.fr/index.php?id=1251690#map	Dom A/ daniel /
MER	27		circuit chemin des moulins/duché	parking salle omnisport vallée gatorge St BRIAC 35800	8,4	facil	1231255	https://www.calculitineraires.fr/index.php?id=1231255#map	Daniel/ dom A