



## **BULLETIN D'INFORMATION**

---

**BULLETIN N° 66**

**Mars 2016**

### **Le mot du Président :**

*Randonner c'est bien, avec le club de randonnées St Cômôis c'est mieux.*

Marcher en groupe joue un rôle positif, bénéfique pour le corps et essentiel pour le moral. La météo douce et pluvieuse de cet hiver ne nous a pas aidé, à croire qu'elle connaissait notre calendrier et s'invitait à chacun de nos rendez vous.

Certes pas mal de nos sorties ont subi les caprices du temps, mais pour autant, alors que l'animateur fait le planton au foirail de St Côme, ne sommes nous pas un peu frileux derrière le carreau de notre fenêtre en regardant passer ces nuages sombres poussés par le vent, alors qu'un simple coupe vent ou un parapluie nous aurait permis de prendre un bol d'air, salutaire à notre organisme et à notre système immunitaire.

Que serait le dynamisme du club sans ces animateurs bénévoles qui participent régulièrement aux réunions de programme, reconnaissent les randonnées, vous accompagnent et vous préparent le pot de l'amitié ? Songez-y !!!

Ils méritent votre reconnaissance et ne demandent pas grand-chose en échange : **vosre présence**.

Le printemps est là, le soleil est de retour, la pratique régulière de notre loisir au sein du club dans le cadre de notre programme dense et varié va favoriser les échanges, éviter l'isolement et améliorer le moral de chacun.

Je vous attends tous au détour d'un chemin, sans esprit de compétition, tout simplement en découvrant ou redécouvrant notre belle campagne et son patrimoine exceptionnel, mais aussi les hommes et les femmes qui le font vivre, qu'ils soient agriculteurs, commerçants ou artisans. La randonnée « A chaque Dimanche sa rando » organisée par Marie Louise le 20 mars en fût un bel exemple.

Je vous invite le jeudi 9 juin à une journée « Détente » au buron des Enguilhems pour partager un moment de convivialité autour d'un aligot saucisse offert par le club.

*Bonnes randos à tous et à bientôt sur les sentiers*

*André*

### **Thé dansant :**

Les résultats du thé dansant du 10 janvier sont satisfaisants, le conseil d'administration remercie l'ensemble des personnes qui a contribué à la réussite de cette manifestation, essentielle pour la bonne marche du club.

Pour 2017, la date du dimanche 08 janvier a été retenue par le CA au cours de la réunion du 1<sup>er</sup> février avec l'orchestre Christian Luc.

### **Raidlight Ultra Trans Aubrac du samedi 23 avril :**

A la demande des organisateurs (Action 12), le club de randonnée participera pour la 8<sup>ème</sup> année consécutive à l'organisation de cette manifestation, pour assurer la sécurité, le pointage et le ravitaillement des coureurs, autour de St Côme.

Si vous souhaitez nous rejoindre, merci de prendre contact avec le président du club.

### **Rencontre Interclub du Nord Aveyron :**

Cette année c'est notre club qui organise cette rencontre de printemps prévue le **dimanche 03 AVRIL**. Le programme vous a été communiqué. L'apéritif est offert par la municipalité de St Côme. Le club prend en charge le petit déjeuner et le pot de l'amitié qui clôturera cette journée placée sous le signe de la convivialité. Aussi nous faisons appel aux bonnes volontés pour nous aider à alimenter le buffet de pâtisseries qui régaleront les participants. Nous savons que nous pouvons compter sur votre participation et vous en remercions par avance. Pour une bonne organisation merci de contacter Henriette

GUIRAL au 05 65 48 05 93 ou 06 89 86 12 62. Cette journée se veut accessible à tous, le meilleur accueil vous y est réservé.

### **Rando détente du 09 juin 2016**

Nous nous permettons d'attirer votre attention sur la « **rando détente** » que nous avons programmée **le JEUDI 09 JUIN prochain** au buron des Enghuilhems. Nous insistons sur la variété des circuits prévus ce jour là. Il y en aura pour tous les goûts et tous les niveaux puisque 4 parcours sont proposés : 7 km, 9 km, 10 km ou 16 km.

Le repas de midi (aligot-saucisse) sera pris au buron et est offert par le club. Nous espérons que vous répondrez nombreux à cette invitation.

**Inscription obligatoire avant le 04 juin** au : 05 65 44 14 02 ou 06 88 73 54 97 ou 05 65 48 18 16 ou 06 70 61 83 22.

### **Solidarité avec les personnes à mobilité réduite :**

Pour la 7<sup>ème</sup> année consécutive, le club répond favorablement à une demande de la MAS, pour organiser une sortie en « joëlette ». La date du **jeudi 16 juin** a été retenue, pour encadrer en toute sécurité les « joëlettes » nous avons besoin d'un maximum de personnes.

Le programme vous sera communiqué très prochainement.

N'hésitez pas à vous inscrire auprès de M. Girardin au 06 77 65 03 09 ou J.P. Le Folgoc au 06 17 46 08 12, c'est une journée de partage, où l'on reçoit plus que ce que l'on donne, face au bonheur que l'on procure.

### **Prim'Air Nature :**

Les dates retenues pour 2016 nous concernant sont les suivantes :

Ecoles publiques : vendredi 15 avril à Combelles, lundi 09 mai à Gages, lundi 23 mai à Espalion, lundi 06 juin à Sébazac.

Ecoles privées : vendredi 10 juin à Laguiole

Les personnes qui souhaitent nous aider à encadrer les enfants doivent se faire inscrire pour les dates intéressées au plus tôt auprès de Marie Louise Lemouzy 05 65 44 15 40 ou 06 21 88 86 67 ou Roger Bonal au 05 65 48 23 64 ou 06 76 42 25 10.

### **Sortie à thème du lundi 11 au mercredi 13 avril :**

**Il reste une place pour la sortie organisée par Denise Bélières « Les Rochers Cantaliens ».**

**Si vous êtes intéressé merci de prendre contact au : 06-74-84-32-75**

### **Sortie familiale le dimanche 03 juillet :**

Comme il est d'usage, nous vous proposons une sortie familiale pour terminer cette année d'activité de randonnées. Cette journée se déroulera dans les Gorges de la Dourbie.

Le programme complet de cette journée vous sera communiqué très prochainement.

Le transport en car sera pris en charge par le Club.

**L'inscription est obligatoire et devra être enregistrée avant le 20 juin.**

**Tél : Jean-Claude Amichaud 05.65.48.09.65 ou 06 81 63 43 60 ou Bertrand Bayles 06 76 80 21 00**

### **Balisage des sentiers :**

La campagne 2016 va débiter, nos 7 baliseurs officiels pinceau et serpe en mains vont sillonner les sentiers, pour en assurer leur pérennité.

**Chaque baliseur officiel peut être accompagné par un licencié non formé pour l'aider dans sa tâche, si vous êtes intéressé, prenez contact avec le responsable de secteur (André).**

*Est joint en annexe à ce bulletin le programme du 2<sup>ème</sup> trimestre 2016, je souhaite qu'en le feuilletant chacun y trouve le sentier de son choix pour partager ensemble un moment d'échange et de convivialité.*

**Merci aux animateurs qui s'investissent pour vous faire partager leur passion « La Randonnée »**