



BULLETIN D'INFORMATION

BULLETIN N° 78

Mars 2019

Le mot du Président :



Activité naturelle de plein air, la randonnée est notre alliée santé. Elle est bénéfique à notre bien être et gomme les différences sociales. Elle permet de s'évader, c'est à la fois un sport, un loisir de découverte et de contemplation. Notre hygiène de vie en dépend en agissant sur le mental, en club elle rompt l'isolement, elle favorise l'échange et entraîne une amélioration de notre bien-être général.

Le programme du deuxième trimestre est prêt, c'est le signe du retour du printemps, des fleurs des champs, du gazouillis des oiseaux et des belles randonnées ensoleillées.

N'oublions pas nos engagements bénévoles : l'encadrement de l'ultra Trans Aubrac, la sortie avec les personnes à mobilité réduite, les Prim'Air nature avec les enfants des écoles et le balisage des sentiers.

Mais aussi de la détente le **jeudi 13 juin** au Chalet Marcel Paul aux pistes du Bouyssou à Laguiole (aligot saucisse offert par le club) et la sortie familiale du **dimanche 7 juillet** (bus et visite pris en charge par le club). On vous attend nombreux pour partager ces moments de convivialité.

Les sorties groupe se finalisent, il reste quelques places avec Denise et Michel à savoir :

- En mai : Au Pays de Vaour du 13 au 16 avec Denise Bélières
- En juin : Cerdagne-Capcir Pyrénées du 16 au 22 avec André (complet)
- En septembre : Les Monts d'Ambazac-Limoges du 15 au 19 avec Michel Girardin

Ces moments partagés sur les sentiers de randonnée, au contact de la nature, nous laisseront des souvenirs inoubliables. Profitez-en pleinement !!!

Bien cordialement André

Thé dansant :

Les résultats du thé dansant du 13 janvier sont satisfaisants mais en baisse par rapport à l'année dernière. 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 2020, la date du dimanche 12 janvier a été retenue par le CA avec la même formation à savoir : Gilou Rétro Musette.

Raidlight Ultra Trans Aubrac du samedi 20 avril :

A la demande des organisateurs (Action 12), le club de randonnée participera pour la 11^{ème} 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.

Solidarité avec les personnes à mobilité réduite :

Pour la 10^{ème} année consécutive, le club répond favorablement à une demande de la MAS, pour organiser une sortie en « joëlette ». La date du **jeudi 09 mai** a été retenue, pour encadrer en toute sécurité les « joëlettes » nous avons besoin d'un maximum de personnes.

La rando s'intitule « Entre Bozouls et Maroquiès ». Départ à 11 heures. Distance : 9 km – durée : 2h30 – difficulté *. Départ de la gare de Bozouls.

Comme l'année dernière le pique-nique pris en commun est offert par le club de rando.

Les inscriptions sont obligatoires auprès de M. Girardin au 06 77 65 03 09 ou J.P. Le Folgoc au 06 17 46 08 12 avant le 04 MAI. 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 2019 nous concernant sont les suivantes :

Lundi 20 mai à Laguiole, jeudi 16 mai et mardi 21 mai à Estaing et mardi 04 juin à Espalion.

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. Le pique nique pris en commun sera offert par le club.

Sortie familiale le dimanche 07 juillet :

Comme il est d'usage, nous vous proposons une sortie familiale pour terminer cette année d'activité de randonnées. Le projet étant en cours d'élaboration, le programme vous sera communiqué ultérieurement.

Balisage des sentiers :

Nos sentiers sont fragiles, un suivi permanent est nécessaire, c'est le but de la campagne 2019 qui va débiter. Nos 10 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^{ème} trimestre 2019, 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 »