



AVRIL-MAI-JUIN 2019

ACTIVITES GYMNIQUES

VACANCES SCOLAIRES (programmation réduite) :
Printemps : du samedi 13 avril au samedi 27 avril inclus
Ascension : du mercredi 29 mai au samedi 01 juin inclus

La date de la dernière séance de la saison sera annoncée en temps utile



GYMNASE RESAL

Parking 11 rue Pierre Sémard à Besançon

Aucune séance pendant les vacances scolaires

Lundi et vendredi de 9h 30 à 11h 15 : 2 séances

Gym active (classique) de 9h 30 à 10h 15,

GMF (gym douce) de 10h 30 à 11h 15.

Afin que les séances soient profitables et faciliter le rôle des animateurs, il est souhaité de la part de chaque participant (e) :

- * de veiller à respecter ses choix d'inscriptions individuels de début de saison (lundi ou vendredi, gym active ou douce)
- * d'avoir déjà pratiqué la gymnastique pour participer valablement aux séances de « gym active ».

Coordonnées des animateurs

Madeleine VOLCKMANN - 09 50 95 95 73 - 06 84 18 43 93

Claude GONNOT - 09 67 12 69 50 - 06 77 81 57 88

Gilles MARCHAL - 03 81 51 03 27 - 06 85 83 22 66

Jean SERIO - 07 83 07 74 53

Excellent printemps et bonne activité à toutes et à tous.....

AVRIL-MAI-JUIN 2019

Marche nordique

VACANCES SCOLAIRES

Printemps : du samedi 13 avril au samedi 27 avril inclus

Ascension : du mercredi 29 mai au samedi 01 juin inclus



Echauffements à 9h 25

Départ à 9h 30

LUNDI		MERCREDI	
1-avr.	BELLE - ETOILE	3-avr.	BELLE - ETOILE
8-avr.	BREGILLE	10-avr.	BREGILLE
15-avr.	TILLEROYES	17-avr.	TILLEROYES
22-avr.	CHAILLUZ	24-avr.	CHAILLUZ
29-avr.	BELLE - ETOILE	1-mai	Aucune séance
6-mai	MONTFAUCON	8-mai	BREGILLE
13-mai	TILLEROYES	15-mai	TILLEROYES
20-mai	CHAILLUZ	22-mai	CHAILLUZ
27-mai	BELLE - ETOILE	29-mai	BELLE - ETOILE
3-juin	BREGILLE	5-juin	BREGILLE
10-juin	TILLEROYES	12-juin	TILLEROYES
17-juin	CHAILLUZ	19-juin	CHAILLUZ
24-juin	BELLE - ETOILE	26-juin	BELLE - ETOILE

Alternance des sites et lieux de rendez-vous

BELLE-ETOILE	Parking de chasse - rue de l'Orée du Bois
BREGILLE	Parking du réservoir du Grand-Désert.
TILLEROYES	Parking du bois de Pirey -Chemin de la Chaille
CHAILLUZ	Parking du réservoir des Relançons.
MONTFAUCON (hors alternance)	Parking du belvédère, rue de la Vue des Alpes

Coordonnées des animateurs

Monique BELIARD (mercredi) - 03 70 20 40 70 - 06 42 03 83 37

Gérard LOYE (lundi) - 03 81 50 25 97 - 06 18 08 32 74

Dominique PETOT (lundi & mercredi) - 03 81 41 10 23 - 06 95 84 91 02

En formation :

Robert DEJARDIN (lundi) - 03 81 81 60 93 - 06 95 13 37 04

Gilles MARCHAL (lundi & mercredi)- 03 81 51 03 27 - 06 85 83 22 66

Bernard MIRA (lundi)- 03 81 50 70 60 - 06 79 63 45 30

Toujours se munir des embouts de protection des pointes de bâtons pour emprunter si nécessaire des voies goudronnées

Excellent printemps et bonne activité à toutes et à tous.....

Mais en cas d'appel à faire d'urgence : 15 ou 112

A noter l'existence de l'application-mobile "My15" permettant de contacter directement le Samu.



AVRIL - MAI - JUIN 2019

MARCHES ET RANDONNEES

VACANCES SCOLAIRES (programmation réduite) :
Avril : du samedi 13 avril au samedi 27 avril inclus
Ascension : du mercredi 29 mai au samedi 01 juin inclus

Code-couleurs des niveaux de difficulté :

Marches douces – environ 5/6 kms, faibles dénivelés. Activité mutualisée pour les adhérents des clubs bisontins de la Retraite Sportive.		
Randonnées faciles à moyennes.		
Randonnées moyennes à difficiles.		
AVRIL		
lundi 1 avril 2019		
Douce TORCOLS Départ arrêt de bus Dormoy - 49 Chemin Dessus de Chailluz - 14h00		Gérard L.
Facile DELUZ - La Chapelle de Montoille env. 10 kms - D+240m Départ Parking Carrefour Chalezeule pour covoiturage (A/R 25kms) - 13h30		Dominique D.
jeudi 4 avril 2019		
Douce Avanne depuis le pont de Beurre Départ du parking situé sous le pont de Velotte à Avanne et de la route des Vallières à port Douvot, Accès par Velotte et suivre la direction Avanne 14h00		Françoise CHAMAGNE Claude GADY
Facile Les Fermes d'ATHOSE env. 12,4 kms - D+286m Départ Parking Mallarmé pour co-voiturage (A/R 100kms) - 9h00 Sortie à la journée - repas tiré du sac		Bernard M.
Difficile MOUCHARD - Château de Vaulgrenant env. 18kms - D+610m Départ Parking Mallarmé pour co-voiturage (A/R 80 kms) - 08h30 sortie à la journée - repas tiré du sac		Alain M. Christine R.
lundi 8 avril 2019		
Douce TILLEROYES Départ Parking derrière l'Ecole d'Infirmières - 14h00		Gilles M.
Moyenne Mazerolles-Lavernay-Corcondray Env. 11,5 kms - D+250m Départ Parking Mallarmé pour co-voiturage (A/R 30kms) - 13h30		Gérard. L

jeudi 11 avril 2019	
<p style="text-align: center;">Douce Pas de sortie - AG de la RSGB</p>	RSGB
<p style="text-align: center;">Moyenne CHAMPLIVE - Sentier des Crêtes env. 8,2 kms - D+240m Départ Parking Mallarmé pour co-voiturage (A/R 50kms) - 13h00</p>	Jean-Pierre C.
<p style="text-align: center;">Difficile GONDENANS-LES-MOULINS - Les Roches de Nans env. 15kms - D+430m Départ Parking Mallarmé pour co-voiturage (A/R 110 kms) - 08h30</p> <p style="text-align: center;"><i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i></p>	Dominique D. Bernard M.
lundi 15 avril 2019	Vacances de Printemps
jeudi 18 avril 2019	Vacances de Printemps
lundi 22 avril 2019	Vacances de Printemps
jeudi 25 avril 2019	Vacances de Printemps
lundi 29 avril 2019	
<p style="text-align: center;">Douce AVANNE - Double Ecluse Départ Parking stade de football - 14h00</p>	Jean-Pierre C.
<p style="text-align: center;">Moyenne CHARCENNE - La Colombine env. 12kms - D+200m Départ Parking Mallarmé pour co-voiturage (A/R 50kms) - 13h30</p>	Patrick M.
MAI	
jeudi 2 mai 2019	
<p style="text-align: center;">Douce Roche lez Beaupré en direction de Novillars Départ du parking à droite après la sortie de Roche - 14h00</p>	Françoise CHAMAGNE Claude GADY
<p style="text-align: center;">Moyenne BOUSSIERES Env. 11,5 kms - D+360m Départ Parking Mallarmé pour co-voiturage (A/R 40kms) - 13h30</p>	Gilles M.
<p style="text-align: center;">Difficile PLANCHER-LES-MINES - La Planche des Belles Filles env. 10 kms - D+675m Départ Parking Mallarmé pour co-voiturage (A/R 200 kms) - 08h00 (prévoir 16 € autoroute par voiture)</p> <p style="text-align: center;"><i>sortie à la journée repas tiré du sac</i></p>	Christian H. Jacques R.
lundi 6 mai 2019	
<p style="text-align: center;">Douce BREGILLE Départ Parking Grand Désert - 14h00</p>	Christine R.
<p style="text-align: center;">Moyenne BY - Belvédère de Ronchaux env. 11,5 kms - D+270m Départ Parking Mallarmé pour co-voiturage (A/R 65kms) - 13h00</p>	Jean-Pierre C.
jeudi 9 mai 2019	
<p style="text-align: center;">Douce Chamars depuis Tarragnoz Départ depuis le parking de la discothèque le QG. Accès par la Rte de Lyon et la passerelle Tarragnoz - 14h00</p>	Françoise CHAMAGNE Claude GADY
<p style="text-align: center;">Moyenne GERAISE - Les belvédères env. 12 kms - D+400m Départ Parking Mallarmé pour co-voiturage (A/R 90kms) - 09h00</p> <p style="text-align: center;"><i>sortie à la journée repas tiré du sac</i></p>	Christine R.
<p style="text-align: center;">Difficile CHASSERON par Saut de l'Eau env. 13 kms D+ 630m Départ Parking Mallarmé pour co-voiturage (A/R 180 kms) - 08h00</p> <p style="text-align: center;"><i>sortie à la journée - repas tiré du sac (carte d'identité obligatoire)</i></p>	Jacques R. Patrick M.

lundi 13 mai 2019		
Douce SERRE-LES-SAPINS Départ Monument aux Morts - 2 rue Souveraine - 14h00		Gérard L.
Moyenne MISEREY-SALINES env. 10 kms - D+215m Départ Parking salle polyvalente de Miserey - 14h00		Thierry C.
jeudi 16 mai 2019		
Douce De Pirey à Ecole Départ de la salle polyvalente de Pirey - 14h00		Françoise CHAMAGNE
Moyenne FONCINE-LE-HAUT - Source de la Saine env. 12 kms - D+350m Départ Parking Mallarmé pour co-voiturage (A/R 180kms) - 08h30 <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i>		Georges A.
Difficile BUCEY-LES-GY - La Ferme de Courbey env. 20 kms - D+435m Départ Parking Mallarmé pour co-voiturage (A/R 90 kms) - 08h00 <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i>		Alain M. Dominique D.
lundi 20 mai 2019		
Douce FONTAIN Départ Parking de l'Eglise - 14h00		Gilles M.
Facile VILLERS ROBERT - Les Marcel's env. 8 kms - D+100m - Village de sculptures sur bois (prévoir 4 € pour la visite) Départ Parking Mallarmé pour co-voiturage (A/R 120kms) - 13h00		Alain M.
jeudi 23 mai 2019		Journée du CODERS à HOUTAUD (infos à venir)
Journée du Coders à Houtaud Petite balade dans ce cadre		Françoise CHAMAGNE Claude GADY
Facile VELLECLAIRE - la campagne jusqu'à BUCEY-LES-GY env. 10 kms - D+220m Départ Parking Mallarmé pour co-voiturage (A/R 70kms) - 13h30		Patrick M.
Difficile CASTEL SAINT-DENIS depuis ORNANS par Miroir-de-Scey env. 15kms - D+400m Départ Parking Mallarmé pour co-voiturage (A/R 70 kms) 09h00 <i>Sortie à la journée - repas tiré du sac</i>		Bernard M. Thierry C.
lundi 27 mai 2019		
Douce LA BELLE ETOILE Départ Parking de l'Orée du Bois - 1ère à droite vers Montferrand au-delà du n° 60 - 14h00		Jean-Pierre C.
Facile FORET DE CHAILLUZ - Les Bornes Royales env. 9 kms - D+ 220m Départ du parking des Petites Baraques - 14h00		Rémi B.
jeudi 30 mai 2019		Ascension
JUIN		
lundi 3 juin 2019		
Douce CHALEZE Départ parking à droite après 1er pont de Chaléze - 14h00		Christine R.
Moyenne Mérey - Epeugney - Montrond-le-Chateau env. 12kms - D+130m Départ Parking Mallarmé pour co-voiturage (A/R 40kms) 13h30		Gérard L.

jeudi 6 juin 2019	
<p style="text-align: center;">Douce Chailluz - la Fontaine Ste Agathe Départ du parking de la petite école dans la forêt - 14h00</p>	<p style="text-align: center;">Françoise CHAMAGNE Claude GADY</p>
<p style="text-align: center;">Facile CHATENOIS - Croix Boyon (Massif de la Serre) env. 11 kms - D+200m Départ Parking Mallarmé pour co-voiturage (A/R 80kms) 13h00</p>	<p style="text-align: center;">Georges A.</p>
<p style="text-align: center;">Difficile VALLORBE - DENT DE VAULION (Suisse) env. 18kms + D+800m Départ Parking Mallarmé pour co-voiturage (A/R 200 kms) 08h00</p> <p style="text-align: center;"><i>Sortie à la journée - repas tiré du sac - carte d'identité obligatoire</i></p>	<p style="text-align: center;">Gilles M.</p> <p style="text-align: center;">Christian H.</p>
lundi 10 juin 2019	Pentecôte
jeudi 13 juin 2019	
<p style="text-align: center;">Douce Découverte des Montboucons Départ du parking situé rue Gérard Manton sur le campus - face à l'UFR STAPS - 14h00</p>	<p style="text-align: center;">Françoise CHAMAGNE Marcel GABLE</p>
<p style="text-align: center;">Moyenne RONCHAMP - Les Vestiges Miniers env. 11 kms - D+160m (prévoir 2€ pour visite du Musée de la Mine) Départ Parking Mallarmé pour co-voiturage (A/R 160kms) 09h00</p> <p style="text-align: center;"><i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i></p>	<p style="text-align: center;">Christian H.</p>
<p style="text-align: center;">Difficile LES HOPITAUX-VIEUX - par La Champagne et l'Herba env. 14 kms - D+ 360 m Départ Parking Mallarmé pour co-voiturage (A/R 170 kms) 08h00</p> <p style="text-align: center;"><i>Sortie à la journée - repas tiré du sac</i></p>	<p style="text-align: center;">Jacques R.</p> <p style="text-align: center;">Georges A.</p>
lundi 17 juin 2019	
<p style="text-align: center;">Douce SERRE-LES-SAPINS - Forêt de Ménére Départ parking rue de la Gare, en lisière de forêt entre François et Serre-les-Sapins - 14h00</p>	<p style="text-align: center;">Gérard L.</p>
<p style="text-align: center;">Facile FRANCOIS env. 12 kms - D+160m Départ parking groupe scolaire (vers le stade) - 14h00</p>	<p style="text-align: center;">Thierry C.</p>
jeudi 20 juin 2019	
<p style="text-align: center;">Douce Les Tilleroyes Départ parking situé derrière le centre de soin - 14h00</p>	<p style="text-align: center;">Françoise CHAMAGNE Marcel GABLE</p>
<p style="text-align: center;">Facile ORNANS - Cascade de la Peusse env. 12,5 kms - D+ 270m Départ Parking Mallarmé pour co-voiturage (A/R 70kms) 09h00</p> <p style="text-align: center;"><i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i></p>	<p style="text-align: center;">Bernard M.</p>
<p style="text-align: center;">Difficile ARBOIS - La Reclée des Planches env. 20 kms - D+600m Départ Parking Mallarmé pour co-voiturage (A/R 95kms) 08h00</p> <p style="text-align: center;"><i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i></p>	<p style="text-align: center;">Christine R.</p> <p style="text-align: center;">Jean-Pierre C.</p>
lundi 24 juin 2019	
<p style="text-align: center;">Douce AVANNE Départ parking stade de football- 14h00</p>	<p style="text-align: center;">Gilles M.</p>
<p style="text-align: center;">Facile LIZINE - Circuit des 3 belvédères env. 10 kms - D+200m Départ Parking Mallarmé pour co-voiturage (A/R 50kms) 13h30</p>	<p style="text-align: center;">Rémi B.</p>

jeudi 27 juin 2019	
Douce La Malate départ du parking de la Rodia - 14h00	Françoise CHAMAGNE Claude GADY
Moyenne CHIPREY - Circuit des Chandeliers et bords du Lison env. 14 kms - D+240m Départ Parking Mallarmé pour co-voiturage (A/R 72kms) 09h00 <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i>	Dominique D.
Difficile BALLON DE SERVANCE env. 12 kms - D+550m Départ Parking Mallarmé pour co-voiturage (A/R 200kms) 08h00 <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i>	Christian H. Gilles M.

COORDONNEES DES ANIMATEURS

Georges ANDREY	03 81 50 82 12	06 79 03 52 86
Rémi BRENDEL	03 81 81 58 48	06 07 55 70 57
Françoise CHAMAGNE (RSGB)	03 81 25 39 54	06 77 46 28 97
Dominique DUFFING	03 81 52 34 84	07 87 58 10 18
Marcel GABLE (RSGB)	03 81 81 27 65	06 01 08 68 85
Claude GADY (RSGB)	03 81 51 46 38	06 72 56 52 26
Christian HERTEN	03 81 60 95 50	06 84 14 58 90
Gérard LOYE	03 81 50 25 97	06 18 08 32 74
Gilles MARCHAL	03 81 51 03 27	06 85 83 22 66
Bernard MIRA	03 81 50 70 60	06 79 63 45 30
Alain MOREL	03 81 53 41 32	07 85 09 87 15
Jacques RIGOLOTT	03 81 80 46 50	06 81 97 51 65
Christine ROUSSET	03 81 88 86 49	06 25 35 67 43

En formation :

Jean-Pierre COPPOLA	03 81 51 23 42	06 80 25 37 56
Thierry CHOPPE	03 81 60 24 32	06 58 47 95 71
Patrick MANGEAT	03 63 42 92 54	07 78 47 49 11

* * *

Excellent printemps et bonne activité à toutes et à tous.....

Mais en cas d'appel à faire d'urgence : 15 ou ...

112 sans crédit téléphonique avec n'importe quel opérateur européen.

A noter l'existence de l'application-moblie "My15" permettant de contacter directement le Samu.

AVRIL-MAI-JUIN 2019

ACTIVITE CYCLISTES

VACANCES SCOLAIRES (programmation réduite) :
Printemps : du samedi 13 avril au samedi 27 avril inclus
Ascension : du mercredi 29 mai au samedi 01 juin inclus



Rappel :

Vélo en bon état.

Une chambre à air de rechange, une pompe, un bidon.

Port du casque obligatoire.

Les sorties ne se déroulent que par temps sec.

En cas de doute, consulter votre boîte « mail »

ou appeler l'animateur.

La pratique du vélo, pour être un plaisir, doit être régulière et progressive depuis le début de la saison. Il appartient à chaque pratiquant de consulter, pour chaque sortie, l'itinéraire et les difficultés avant de s'engager. Les participants occasionnels, n'ayant pas d'entraînement en dehors du club doivent se réserver pour les sorties sans dénivelé important et d'une longueur qu'ils savent pouvoir tenir.

ACTIVITE CYCLO-LOISIR

Les départs se feront tous les mardis à 13h30 et à partir des beaux jours à 08h00 du lieu de rendez-vous, sauf communications spécifiques pour certaines sorties. Tous les samedis rdv 08h30 Malcombe pour petit circuit de 2 à 3h.

Mois	Animation
AVRIL	
mardi 2 avril 2019	
<p><u>Départ : SUPER U Devecey - 13h30 -</u></p> <p><u>Circuit :</u></p> <p>Devecey - Voray-sur-l'Ognon - Buthier - Pérouse - Cromary - Chambornay - Cirey - Traitiefontaine - Rioz - Trésilley - Fondremand - Montarlot - Boult - Boulot - Bussières - Voray - Devecey</p> <p>environ 60 kms - D+650m</p>	Alain et Dominique

mardi 9 avril 2019	
<p align="center"><u>Départ : Chalèze - 13h30</u></p> <p align="center"><u>Circuit :</u></p> <p align="center">Chalèze - Thise - Marchaux - Pouligny - Le Puy - Val-de-Roulans - Séchin - Ougney - retour véloroute -</p> <p align="center">environ 53 kms - D+ 440m</p>	Noël et Jacques
mardi 16 avril 2019	Vacances de Pâques
<p align="center"><u>Départ à Chalèze - 13h30</u></p> <p align="center"><u>Circuit :</u></p> <p align="center">Chalèze - véloroute jusqu'à Baume-les-Dames - retour par D 112 - Silley-Blefond - Bretigny - Champlive - Laissey et véloroute</p> <p align="center">environ 60 kms - D+636m</p>	Dominique et Noël
mardi 23 avril 2019	Vacances de Pâques
<p align="center"><u>Départ d'ECOLE - Parking Navette Ferrovière (200m après ancien parking) - 13h30</u></p> <p align="center"><u>Circuit :</u></p> <p align="center">Ecole - Miserey - Auxon - Moncley - Emagny - Burgille - Lantenne-Vertière - Corcelle - Lavernay - Placey - Noironte - Pelousey - Ecole</p> <p align="center">environ 50 kms - D+400m</p>	Jacques et Alain
mardi 30 avril 2019	
<p align="center"><u>Départ Supermaché CASINO - Saône - 13H30</u></p> <p align="center"><u>Circuit :</u></p> <p align="center">Saône - La Chevillotte - Nancray - Osse - Champlive - Glamondans - Aissey - Orsans - Belmont - Gonsans - Naisey - La Chevillotte - Saône</p> <p align="center">environ 55 kms - D+630m</p>	Noël et Alain
MAI	
mardi 7 mai 2019	
<p align="center"><u>Départ de MARCHAUX (parking droite entrée village) - 13h30</u></p> <p align="center"><u>Circuit :</u></p> <p align="center">Marchaux - Chatillon-Guyotte - Corcelles-Mieslot - Rignosot - La-Tour-de-Scey - Cendrey - Ollans - Avilley - Rognon - Tournans - Verne - Luxiol - La Bretenière - Val-de-Roulans - Pouligny - Marchaux</p> <p align="center">environ 60 kms - D+786m</p>	Dominique et Jacques

mardi 14 mai 2019	
<p align="center"><u>Départ : Stade Avanne - 13h30</u></p> <p align="center"><u>Circuit :</u></p> <p align="center">Avanne - Abbans-Dessus - Byans - Fourg - Courtefontaine - Fraisans - Salans - Roset-Fuans - Osselle et véloroute</p> <p align="center">environ 63 kms - D+710m - ID Openrunner 9633736</p>	Noël et Alain
mardi 21 mai 2019	
<p align="center"><u>Départ : Cimetière de Geneuille - 13h30</u></p> <p align="center"><u>Circuit :</u></p> <p align="center">Geneuille - Bussière - Boulot - Chaux-la-Lotière - Fretigny - Bourguignon-les-la-Charité - Granvelle - Maizières - Fondremand - Trésilley - Montarlot - Boulot - Bussière - Geneuille</p> <p align="center">environ 65 kms - D+663m - Id 9095880</p>	Jacques et Dominique
mardi 28 mai 2019	
<p align="center"><u>Départ : parking Mallarmé - 8h00 pour co-voiturage</u></p> <p align="center"><u>Circuit :</u></p> <p align="center">Déservillers - Equevillon (route des Sapins) - retour par St-Germain - Le Larderet - Chapois - Supt - Montmarlon - Le Muy - Arc-sous-Montenot - Villeneuve d'Amont - Gevresin - Déservillers</p> <p align="center">Sortie à la journée - repas tiré du sac</p> <p align="center">environ 90 kms - D+1540m</p>	Dominique et Noël
JUN	
mardi 4 juin 2019	
<p align="center"><u>Départ : Parking Mallarmé - 07h30 pour co-voiturage</u></p> <p align="center"><u>Circuit :</u></p> <p align="center">Vallorbe - Le Day - Premier - Vaulion - Col du Mollendruz - Montricher - Mollens - Col du Marchairuz - Le Brassus - Les Bioux - Le Pont - Vallorbe</p> <p align="center">Sortie à la journée - repas tiré du sac</p> <p align="center">environ 81 kms - D+1535m - Id Openrunner 8294565</p>	Jacques et Alain
mardi 11 juin 2019	
<p align="center"><u>Départ : Intermarché Marnay - 09h00</u></p> <p align="center"><u>Circuit :</u></p> <p align="center">Marnay - Avriigny - Charcenne - Choye - Cugney - Venère - Valay - Vadans - La Grande Résie - Aubigny - Sauvigney-les-Pesmes - Pesmes - Malans - Bard-les-Pesmes - Chaumerenne - Valay - Hugier (par Chancey) - Sornay - Marnay</p> <p align="center">Sortie à la journée - repas tiré du sac</p> <p align="center">environ 72 kms - D+750m</p>	Noël et Dominique

mardi 18 juin 2019	
<p><u>Départ : Parking Malcombe - 09h00</u></p> <p><u>Circuit :</u></p> <p>Avanne - Busy - Chenecey - Epeugney - Rurey - Chatillon-sur-Lison - Cademène - Cléron - Malbrans - Villers-sous-Montrond - Tarcenay - Foucherans - Trepot - Mamirolle - Saône - Chapelle-des-Buis - véloroute</p> <p>Sortie à la journée - repas tiré du sac</p> <p>environ 75 kms - D+ 800m</p>	Alain
mardi 25 juin 2019	
<p><u>Départ : Parking Mallarmé pour co-voiturage - 07h30</u></p> <p><u>Circuit :</u></p> <p>Pontarlier - Gilley par la Voie Verte - Fournet-Luisans - Grand-Combe-Chateleu - Les Gras - Hauterive-la-Fresse - La Voie Verte - Pontarlier</p> <p>Sortie à la journée - repas tiré du sac</p> <p>environ 76 kms - D+1.084m - ID Openrunner 4929826</p>	Jacques et Dominique

COORDONNEES DES ANIMATEURS CYCLO-LOISIRS

Dominique DUFFING		03 81 52 34 84	07 87 58 10 18
Alain MOREL		03 81 53 41 32	07 85 09 87 15
Noël PETOT			06 89 12 52 63
Jacques RIGOLOT		03 81 80 46 50	06 81 97 51 65

ACTIVITE CYCLO-VTC

AVRIL	
mardi 2 avril 2019	
<p><u>Départ : 13h30 - Parking des Prés de Vaux</u></p> <p><u>Circuit :</u></p> <p>véloroute Direction Baume-les-Dames</p> <p>environ 50 kms</p>	Monique
mardi 9 avril 2019	
<p><u>Départ : 13h30 - Parking Stade d'Avanne</u></p> <p><u>Circuit :</u></p> <p>véloroute Direction Saint-Vit</p> <p>environ 50 kms</p>	Monique
mardi 16 avril 2019	Vacances de Pâques
ANIMATRICE ABSENTE	

mardi 23 avril 2019	Vacances de Pâques
<u>Départ : 13h30 - Parking SUPER U Saône</u> <u>Circuit :</u> Le Gratteris - Le Rocheret - Les Gonot - Chapelle St-Maximin - Foucherans - Bonnevaux-le-Prieuré - Charbonnières-les-Sapins - Hôpital-du-Grosbois - Naisey-les-Granges - Saône environ 45 kms	Monique
mardi 30 avril 2019	
ANIMATRICE ABSENTE	
MAI	
mardi 7 mai 2019	
<u>Départ : 8h30 - Parking gendarmerie Marnay -</u> <u>Circuit :</u> Marnay - Avriigny - Charcenne - Choye - Cugney - Venère - Valay - Vadans - Aubigny - Sauvigny-les-Pesmes - Pesmes - Malans - Bard-les-Pesmes - Chaumercenne - Valay - Chancey - Sornay - Chenevrey - Marnay Sortie à la journée - repas tiré du sac environ 73 kms	Monique
mardi 14 mai 2019	
<u>Départ : 08h30 - Parking SUPER U Devecey -</u> <u>Circuit :</u> Devecey - Moncey - Rigney - Germondans - Blarians - Beaumotte- Cenans - Loulans - Verchamps - Montbozon - Fontenois-les-Montbozon - Vy-les-Filains - Authoison - Villers-Pater - Cirey-les-Bellevaux - Chambornay - Cromary - Pérouse - Buthiers - Devecey Sortie à la journée - repas tiré du sac environ 72 kms	Monique
mardi 21 mai 2019	
SEMAINE LA LOIRE à vélo	
mardi 28 mai 2019	
<u>Départ : 08h30 - Parking Culs-des-Prés</u> <u>Circuit :</u> Marchaux - Champoux - Chaudfontaine - Lusans - Villers-Grelot - Val-de-Roulans - Breconchaux - Séchin - Ougney-Douvot - Chalèze - Thise - et Forêt de Chailluz environ 52 kms	Monique

JUIN	
mardi 4 juin 2019	
<p><u>Départ : 08h30 - Parking Stade d'Avanne</u></p> <p><u>Circuit :</u></p> <p>Avanne - Busy - Vorges-les-Pins - Boussière - Abbans-Dessous - Byans-sur-Doubs - Villars-St-Georges - Courtefontaine - Fourg - Liesle - Arc-et-Senans - Voie du sel - Ranchot - et retour véloroute Avanne -</p> <p>Sortie à la journée - repas tiré du sac</p> <p>environ 77 kms</p>	Monique
mardi 11 juin 2019	
<p><u>Départ : 08h30 - Parking entrée de l'Hôpital-du-Grosbois</u></p> <p><u>Circuit :</u></p> <p>Hôpital-du-Grosbois - Charbonnières-les-Sapins - Saules - Guyans-Durnes - Etalans - Fallers - Vernierfontaine - Chasnans - Lavans-Vuillafans - Voires - Durnes - Montgesoye - Ornans et retour par voie verte à l'Hôpital-du-Grosbois</p> <p>Sortie à la journée - repas tiré du sac</p> <p>environ 62 kms</p>	Monique
mardi 18 juin 2019	
<p><u>Départ : 08h30 - Parking Bibliothèque Saône</u></p> <p><u>Circuit :</u></p> <p>Gennes - Le Moulin - Osse - Champlive - Dammartin-les-Templiers - Glamondans - Chaux-les-Passavant - Magny-Châtelard - Gonsans - Bouclans - Naisey-les-Granges - La Chevillotte - Saône</p> <p>environ 58 kms</p>	Monique
mardi 25 juin 2019	
<p><u>Départ : 08h30 - Parking des Prés-de-Vaux</u></p> <p><u>Circuit :</u></p> <p>Chalèze - Thise - Marchaux - Chatillon-Guyotte - Pouligney-Lusans - Villers-Grelot - Val-de-Roulans - Breconchoux - Séchin - Ougney-Douvot et retour véloroute</p> <p>environ 64 kms</p>	Monique

ACTIVITE VELO-DOUBS

Les sorties auront lieu les Vendredis après-midi. Les heures et lieux de rendez-vous, vous seront communiqués par Christian H. à chaque sortie via messagerie, avec précision du circuit (direction et nombre de kilomètres)

COORDONNEES DES ANIMATEURS CYCLO VTC- VELO DOUBS

Monique BELIARD	03 70 20 40 70	06 42 03 83 37
En formation :		
Christian HERTEN - vtc & vélo-doubs	03 81 60 95 50	06 84 14 58 90

Excellent printemps et bonne activité à toutes et à tous.....

Mais en cas d'appel à faire d'urgence : 15 ou ...

112 sans crédit téléphonique avec n'importe quel opérateur européen.

A noter l'existence de l'application-mobile "My15" permettant de contacter directement le Samu.