



JUILLET-AOUT-SEPTEMBRE 2019

ACTIVITES GYMNIQUES

VACANCES SCOLAIRES : programmation réduite

Eté : du samedi 06 juillet au dimanche 02 septembre 2019 inclus

LA DATE DE REPRISE DES SEANCES EN SEPTEMBRE SERA PUBLIEE EN TEMPS UTILE



GYMNASE RESAL

Parking : 11 rue Pierre Sépard à BESANCON

Aucune séance pendant les vacances scolaires

Lundi et vendredi de 9h30 à 11h15 : 2 séances

. Gym active (classique) de 9h30 à 10h15

. GMF (gym douce) de 10h30 à 11h15

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".**

*** d'arriver au moins 5 mn avant le cours, afin que celui-ci puisse commencer à l'heure, et aussi de ne pas perturber ceux qui travaillent**

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

Bel été en attendant la rentrée et bonnes vacances à toutes et à tous.....

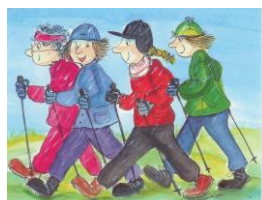


JUILLET-AOUT-SEPTEMBRE 2019

Marche nordique

VACANCES SCOLAIRES

Été : du samedi 06 juillet au samedi 31 août inclus



Echauffements à 9h 25

Départ à 9h 30

LUNDI		MERCREDI	
1-juil.	BREGILLE	3-juil.	Aucune séance
8-juil.	TILLEROYES	10-juil.	Aucune séance
15-juil.	FONTAINE DES ACACIAS - CHAILLUZ	17-juil.	Aucune séance
22-juil.	BELLE - ETOILE	24-juil.	Aucune séance
29-juil.	BREGILLE	31-juil.	Aucune séance
5-août	TILLEROYES	7-août	Aucune séance
12-août	CHAILLUZ	14-août	Aucune séance
19-août	BELLE - ETOILE	21-août	Aucune séance
26-août	BREGILLE	28-août	Aucune séance
2-sept.	TILLEROYES	4-sept.	TILLEROYES
9-sept.	CHAILLUZ	11-sept.	CHAILLUZ
16-sept.	BELLE - ETOILE	18-sept.	BELLE - ETOILE
23-sept.	BREGILLE	25-sept.	BREGILLE
30-sept.	TILLEROYES		

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.
FONTAINE DES ACACIAS - CHAILLUZ par le sentier floristique	Parking des Grandes-Baraques à gauche avant l'Ecole dans la Forêt.

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

Bel été 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.



MARCHES DOUCES

JUILLET - SEPTEMBRE 2019

PAS D'ACTIVITES PENDANT LES VACANCES SCOLAIRES DU SAMEDI 06 JUILLET AU DIMANCHE 02 SEPTEMBRE 2019 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.		
JUILLET		
lundi 1 juillet 2019	Douce LA MALATE Départ Parking de la Rodia - 14h00	Jean-Pierre C.
SEPTEMBRE		
lundi 2 septembre 2019	Douce CHAILLUZ Départ Parking Cul des Prés - 14h00	Christine R.
lundi 9 septembre 2019	Douce CHAILLUZ - Sentier floristique Départ Parking de l'Ecole des Grandes Baraques (parking à gauche en arrivant) - 14h00	Gérard L.
lundi 16 septembre 2019	Douce Site de THORAISE Départ parking Mallarmé en dessous de la piscine pour co-voiturage - 13h30	Gilles M.
lundi 23 septembre 2019	Douce BREGILLE Départ parking du Grand Désert - 14h00	Jean-Pierre C.
lundi 30 septembre 2019	Douce LA BELLE ETOILE Départ Parking de l'Orée du Bois - 1ère à droite vers Montferrand au-delà du n° 60 - 14h00	Christine R.

COORDONNEES DES ANIMATEURS

Françoise CHAMAGNE (RSGB)		03 81 25 39 54	06 77 46 28 97
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
Gérard LOYE		03 81 50 25 97	06 18 08 32 74
Gilles MARCHAL		03 81 51 03 27	06 85 83 22 66
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
---------------------	--	----------------	----------------

Excellent été 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.



JUILLET - AOÛT - SEPTEMBRE 2019

MARCHES ET RANDONNEES

**VACANCES SCOLAIRES (programmation réduite) :
du samedi 06 juillet au dimanche 1er septembre 2019 inclus**



Code-couleurs des niveaux de difficulté :

<p>Marches douces – environ 5/6 kms, faibles dénivelés (ATTENTION : PLANNING SEPARÉ sur ACCES RAPIDE du site) Activité mutualisée pour les adhérents des clubs bisontins de la Retraite Sportive.</p>		
<p>Randonnées faciles à moyennes.</p>		
<p>Randonnées moyennes à difficiles.</p>		
<p>JUILLET</p>		
<p>lundi 1 juillet 2019</p>		
<p>Facile RIOZ env. 10 kms - D+100m Départ Parking Carrefour Valentin (vers NORAUTO) pour co-voiturage - A/R 40 kms - 13h30</p>		<p>Rémi B.</p>
<p>jeudi 4 juillet 2019</p>		
<p>Moyenne BOLANDOZ env. 11 kms - D+315m Départ Parking Mallarmé pour co-voiturage - A/R 80 kms - 10h00 <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i></p>		<p>Thierry C.</p>
<p>Difficile CHAPELLE-des-BOIS - La Roche Champion et Bernard env. 16 kms - D+550m Départ Parking Mallarmé pour co-voiturage - A/R 220 kms - 08h00 <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i></p>		<p>Georges A. Dominique D.</p>
<p>jeudi 11 juillet 2019</p>		
<p>Facile- Moyenne PAS DE RANDONNEE - animateurs indisponibles</p>		
<p>Difficile PONTARLIER - Circuit Franco-Suisse Les Dames des Entreportes env. 16,5 kms - D+ 530m Départ du Parking Mallarmé pour co-voiturage - A/R 160 kms - 08h00 <i>sortie à la journée - repas tiré du sac - pièce d'identité obligatoire</i></p>		<p>Jacques R. Patrick M.</p>
<p>jeudi 18 juillet 2019</p>		
<p>Moyenne ORNANS - Cascade de la Peusse et la Baume Bourla env. 12 kms - D+360m Départ Parking Mallarmé pour co-voiturage - A/R 70 kms - 09h00 <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i></p>		<p>Bernard M.</p>
<p>Difficile PLAIMBOIS-DU-MIROIR - Le Ruisseau du Pissoux env. 16 kms - D+630m Départ parking Mallarmé pour co-voiturage - A/R 140 kms - 08h00 <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i></p>		<p>Dominique D. Thierry C.</p>

jeudi 25 juillet 2019		
<p align="center">Moyenne BUSY - Le Châlet d'Arguel env. 12 kms - D+260m Départ Parking Mallarmé pour co-voiturage - A/R 30 kms - 09h30 <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i></p>		Gérard L.
<p align="center">Difficile PLANCHER-LES-MINES - La Planche des Belles Filles env. 11 kms - D+700m Départ parking Mallarmé pour co-voiturage - A/R 200 kms - 08h00 <i>sortie à la journée repas tiré du sac</i> <i>(prévoir éventuellement 16 euros A/R par voiture pour autoroute)</i></p>		Christian H. Alain M.
AOUT		
jeudi 1 août 2019		
<p align="center">Facile CHAUX-les-PASSAVANT - Abbaye de la Grâce Dieu env. 8 kms - D+150m Départ parking Mallarmé pour co-voiturage - A/R 65 kms - 13h30</p>		Patrick M.
<p align="center">Difficile ARBOIS - La Reculée des Planches env. 21,5 kms - D+700m Départ parking Mallarmé pour co-voiturage - A/R 95 kms - 08h00 <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i></p>		Christine R. Jean-Pierre C.
jeudi 8 août 2019		
<p align="center">Moyenne NOZEROY - La Source de l'Ain env. 16 kms - D+300m Départ parking Mallarmé pour co-voiturage - A/R 140 kms - 08h30 <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i></p>		Christian H.
<p align="center">Difficile LE GRAMMONT (dominant le Lac Léman en Suisse) env. 12 kms - D+1100m Départ parking Mallarmé pour co-voiturage - A/R 400 kms - 06h00 <i>sortie à la journée - repas tiré du sac - pièce d'identité obligatoire -</i> <i>Le co-voiturage sera organisé en priorité avec les voitures ayant la vignette suisse</i></p>		Jacques R. Georges A.
jeudi 15 août 2019		FERIE - Assomption
jeudi 22 août 2019		
<p align="center">Moyenne MONTPERREUX - Bord du Lac et Source Bleue env. 9 kms - D+240 m Départ parking Mallarmé pour co-voiturage - A/R 140 kms - 09h30 <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i></p>		Alain M.
<p align="center">Difficile POETA RAISSE - Le Chasseron env. 20 kms - D+900m Départ parking Mallarmé pour co-voiturage - A/R 190 kms - 08h00 <i>sortie à la journée - repas tiré du sac - pièce d'identité obligatoire</i></p>		Bernard M. Gilles M.
jeudi 29 août 2019		
<p align="center">Moyenne QUINGEY - Le Bois Moini env. 10,5 kms - D+250m Départ Parking de l'Eglise de Quingey - 14h00</p>		Jean-Pierre C.
<p align="center">Difficile AUXEY-DURESSES (Côte d'Or) - Les Falaises de St-Romain et d'Orches env. 17 kms - D+ 580m Départ parking Mallarmé pour co-voiturage - A/R 230 kms - 08h00 <i>Sortie à la journée - repas tiré du sac</i> <i>prévoir 15,20 euros de péage A/R par voiture</i></p>		Georges A. Christine R.

SEPTEMBRE

lundi 2 septembre 2019

**Moyenne
LE MOUTHEROT**

env. 12 kms - D+210m

Départ parking Mallarmé pour co-voiturage - A/R 55 kms - **13h30**

Thierry C.

jeudi 5 septembre 2019

**Moyenne
"RANDO GOURMANDE" PUPILLIN**

env. 12 kms - D+ 315m

Départ parking Mallarmé pour co-voiturage - A/R 100 kms - **09h00**

Repas Auberge du Grapiot 24€ tout compris (les infos pour inscriptions seront transmises par mail courant Août)

Dominique D.
Bernard M.

**Difficile
METABIEF - Mont d'OR**

env. 14 kms - D+ 640m

Départ parking Mallarmé pour co-voiturage - A/R 180 kms - **08h00**

sortie à la journée - repas tiré du sac - pièce d'identité obligatoire

Jacques R.

Jean-Pierre C.

lundi 9 septembre 2019

**Moyenne
BRETIGNEY-NOTRE-DAME - La Chassignole**

env. 9,5 kms - D+270m

Départ parking Carrefour Chalezeule pour co-voiturage - A/R 60 kms - **13h30**

Christian H.

jeudi 12 septembre 2019

**Facile
BEURE - Le Rocher de Valmy**

env. 11 kms - D+250m

Départ parking Cimetière de Beure - **13h30**

Gilles M.

**Difficile
Mont Racine - Sentier des Statues -Tête de Ran**

env. 15 kms - D+ 550m

Départ parking Mallarmé pour co-voiturage - A/R 190 kms - **08h00**

sortie à la journée - repas tiré du sac - pièce d'identité obligatoire

Bernard M.

Christian H.

lundi 16 septembre 2019

**Facile
SAONE - Les Marais de Saône**

env. 9 kms - D+50 m

Départ parking Mallarmé pour co-voiturage - A/R 25 kms - **13h30**

Patrick M.

jeudi 19 septembre 2019

**Moyenne
SALINS - Le Champ des Souliers**

env. 12 kms - D+400m

Départ parking Mallarmé pour co-voiturage - A/R 80 kms - **09h30**

sortie à la journée - repas tiré du sac

Georges A.

**Difficile
ORSANS - L'Etang de Breuillet**

env. 22 kms - D+440m

Départ parking Mallarmé pour co-voiturage - A/R 80 kms - **08h30**

sortie à la journée - repas tiré du sac

Alain M.

Thierry C.

lundi 23 septembre 2019

**Moyenne
VERCEL - Le Moulin de la Creuse**

env. 11 kms - D+200m

Départ parking Mallarmé pour co-voiturage - A/R 80 kms - **13h00**

Dominique D.

jeudi 26 septembre 2019		
<p style="text-align: center;">Moyenne CHAMPAGNE-SUR-LOUE env. 13 kms - D+250m Départ parking Mallarmé pour co-voiturage - A/R 80 kms - 09h30 <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i></p>		Christine R.
<p style="text-align: center;">Difficile BAUME-LES-DAMES - HYEVRE - Sur les Crêtes du Doubs env. 21 kms - D+800m Départ parking Carrefour Chalezeule pour co-voiturage - A/R 90 kms - 8h00 <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i></p>		Gilles M. Bernard M.
lundi 30 septembre 2019		
<p style="text-align: center;">Facile BOULOT env. 11 kms - D+ 130m Départ parking Mallarmé pour co-voiturage - A/R 40 kms - 13h30</p>		Gérard L.

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 RIGOLOT			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 été 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.



JUILLET - AOUT - SEPTEMBRE 2019

ACTIVITE CYCLISTES

VACANCES SCOLAIRES
du Samedi 06 Juillet au dimanche 1er Septembre 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 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
JUILLET	
mardi 2 juillet 2019	
<p><u>Départ : Stade de Fontain - 08h00</u></p> <p><u>Circuit :</u> Fontain - Mérey-sous-Montrond - Villers-sous-Montrond - Malbrans - Cléron - Amondans - Lizine - Rurey - Epeugney - Montrond-le-Château - Pugy - Fontain</p> <p>environ 53 kms - D+ 774m - ID openrunner 10041832</p>	Noël - Dominique

mardi 9 juillet 2019		
<u>Départ : SUPER U Baume-les-Dames - 8h30</u> <u>Circuit :</u> La Lavaine - Pont-les-Moulins - Cusance - Servin - Vellevans - Chazot - Orve - Col de Ferrière - Tournedoze - La Cude - Hyèmondans - Blussang - L'Isle-sur-le-Doubs - Appenans - Mancenans - Soye - Clerval - Hopital-St-Lieffroy - Hyèvre-Paroisse - véloroute sortie à la journée avec casse-croûte environ 82 kms - D+ 1298m - ID Openrunner 10028487		Dominique - Jacques
mardi 16 juillet 2019		
<u>Départ : Stade d'Ornans - 08h00</u> <u>Circuit :</u> Ornans - Cléron - Fertans - Amancey - Déservillers - Labergement du Navois - Levier - Chapelle d'Huin - Bulle - Ste-Colombe - Houtaud - Sombacour - Goux-les-Usiers - Ouhans - St-Gorgon-la-Main - retour Vallée de la Loue - sortie à la journée avec casse-croûte environ 96 kms - D+ 1218m - ID openrunner 9986500		Jacques - Dominique
mardi 23 juillet 2019		
<u>Départ : Stade d'Avanne - 08h00</u> <u>Circuit :</u> Avanne - Grandfontaine - Routelle - Roset-Fuans - Salans - Fraisans - Rans - Forêt de Chauz - La Vieille Loye - Dole - Rochefort-sur-Nenon - Audelange - Orchamps - Rans - Véloroute sortie à la journée avec casse-croûte environ 107 kms - D+ 667m - ID openrunner 10004269		Alain - Noël
mardi 30 juillet 2019		
<u>Départ : Stade d'Avanne - 08h00</u> <u>Circuit : (tour Grand Besançon Nord)</u> Avanne - Thoraise - Torpes - Grandfontaine - Chemaudin - Franois - Serre-les-Sapins - Pouilley-les-Vignes - Pelousey - Miserey-Salines - Auxon-Dessous - Devecey - Champoux - Marchaux - Braillans - Thise - Chalèze - véloroute sortie à la journée avec casse-croûte environ 84 kms - D+ 910m - ID openrunner 9970871		Noël - Alain
AOUT		
mardi 06 août 2019		
<u>Départ : Parking Mallarmé pour co-voiturage - 07h30</u> <u>Circuit : (la Route des Sapins)</u> Déservillers - route des Sapins jusqu'à Chapoix - Les Nans - Equevillon - Le Latet - Le Larderet - Chapoix - Supt - Montmarlon - Le Muy - Arc-sous-Montenot - Villeneuve d'Amont - Crouzet-Migette - Gevrezin puis d295 Déservillers - sortie à la journée avec casse-croûte environ 89 kms - D+ 1383m - ID openrunner 10027918		Dominique - Jacques

mardi 13 août 2019	
<p><u>Départ : Eglise de LA VEZE - 08h00</u></p> <p><u>Circuit :</u></p> <p>La Vèze - Saône - Mamirolle - Naisey - Hôpital-du-Grosbois - Charbonnière - Bonnevaux - Foucherans - Trepot - Tarcenay - Merey-sous-Montrond - La Grande du Liège - La Vèze -</p> <p>environ 51 kms - D+500m - ID openrunner 9094670</p>	Dominique - Noël
mardi 20 août 2019	
<p><u>Départ : parking Mallarmé pour co-voiturage - 07h00</u></p> <p><u>Circuit :</u></p> <p>Pontarlier (piscine) - Les Alliés - Les Gras - Le Gardot - La Brévine - Les Verrières - Le Larmont - Pontarlier</p> <p>sortie à la journée avec casse-croûte</p> <p>environ 86 kms - D+1395m - ID openrunner 9986376</p>	Jacques - Alain
mardi 27 août 2019	
<p><u>Départ : Stade d'Avanne 08h00</u></p> <p><u>Circuit :</u> (tour Grand Besançon Sud)</p> <p>Avanne - Laissey - Champlive - Osse - Bouclans - Naisey-les-Granges - l'Hôpital-du-Grosbois - Trépot - Tarcenay - Merey-sous-Montrond - Montrond-le-Château - Epeugney - Chenecey-Buillon - Busy - véloroute</p> <p>sortie à la journée avec casse-croûte</p> <p>environ 88 kms - D+880m - ID openrunner 10004127</p>	Noël - Dominique
SEPTEMBRE	
mardi 03 septembre 2019	
<p><u>Départ : ORNANS Parking fin nouvelle déviation 08h00</u></p> <p><u>Circuit :</u></p> <p>Ornans - Vuillafans - Lods - Mouthier - St-Gorgon-la-Main - Ouhans - Evillers - Septfontaine - Levier - Déservillers - Amancey - Cléron - Malbrans - Ornans</p> <p>sortie à la journée avec casse-croûte</p> <p>environ 78 kms - D+1102m - ID openrunner 9986275</p>	Jacques - Alain
mardi 10 septembre 2019	séjour à Modane du 10 au 13 septembre inclus
PAS DE SORTIE (tous les animateurs étant à Modane)	

mardi 17 septembre 2019		
<u>Départ : Stade de Saint-Vit 08h00 ou 13h30</u> <u>Circuit :</u> Saint-Vit - Antorpe - Berthelange - Mercey-le-Grand - Romain - Gendrey - Orchamps - Etrepigny - Rans - Arc-et-Senans - Liesle - Byans-sur-Doubs - Osselle - Routelle - Saint-Vit environ 63 kms - D+530m - ID openrunner 6650408		Noël - Alain
mardi 24 septembre 2019		
<u>Départ : Parking Restaurant Braillans - 09h00</u> <u>Circuit :</u> Braillans - Marchaux - Chaudfontaine - Rignosot - Germondans - Blarians - Beaumotte - Cenans - Loulans - véloroute jusqu'à Fontenois-les-Montbozon - Cognières - Rougemont - Gouhelans - Huanne-Montmartin - Rognon - Avilley - Battenans-les-Mines - Rougemontot - Cendrey - La-Tour-de-Scey - Corcelles-Ferrières - Chaudfontaine - Marchaux - Braillans sortie à la journée avec casse-croûte environ 82 kms - D+920m - ID openrunner 10066070		Dominique - Jacques

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 53
Jacques RIGOLOT		03 81 80 46 50	06 81 97 51 65

ACTIVITE CYCLO-VTC

PAS D'ACTIVITE CYCLO-VTC DURANT CE 3ème TRIMESTRE

ACTIVITE VELO-DOUBS

PAS D'ACTIVITE VELO-DOUBS DURANT CE 3^{ème} TRIMESTRE

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 été 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.