



JANVIER - FEVRIER - MARS 2023

ACTIVITES CYCLISTES

VACANCES SCOLAIRES

FEVRIER : du samedi 04 février au dimanche 19 février 2023 inclus

Lors de chaque sortie, vous munir obligatoirement de la carte d'adhérent du Club avec le PASSE SANITAIRE FFRS (indiquant la personne à prévenir en cas de nécessité). Merci.

ACTIVITE CYCLO-LOISIR

IL N'Y A PAS DE PROGRAMME DEFINI POUR JANVIER, FEVRIER ET MARS
EN CAS DE TEMPERATURES PRINTANIERES PRECOCES,
DES SORTIES POURRONT ETRE DECIDEES AU COUP PAR COUP PAR LES ANIMATEURS QUI EN AVERTIRONT LES INSCRITS.



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.

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

**IL N'Y A PAS DE PROGRAMME DEFINI POUR JANVIER, FEVRIER, MARS
CHAQUE SORTIE FERA L'OBJET D'UN AVERTISSEMENT PAR MAIL**

COORDONNEES DES ANIMATEURS CYCLO VTC

Monique BELIARD		06 42 03 83 37
Michel VERMOT-DESROCHES		06 75 12 99 79

ACTIVITE VELO DOUBS

**LES SORTIES AURONT LIEU LES VENDREDIS APRES-MIDI. LES HEURES ET LIEUX DE RDV VOUS
COMMUNIQUEES PAR CHRISTIAN HERTEN A CHAQUE SORTIE VIA MESSAGERIE AVEC PRECISION
DU CIRCUIT (DIRECTION ET KILOMETRAGE)**

COORDONNEES DES ANIMATEURS VELO DOUBS

Christian HERTEN		06 84 14 58 90
-------------------------	--	-----------------------

Excellente année 2023 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.



JANVIER - FEVRIER - MARS 2023



ACTIVITES GYMNIQUES ET DANSE

**Pendant les vacances scolaires : pas d'activités
Février : du samedi 04 Février au dimanche 19 Février 2023 inclus**

S'inscrire préalablement ("espace adhérents" du site rsbt25.fr) afin de respecter le nombre maximum de 35 personnes

GYMNASE RESAL

Parking 11 rue Pierre Sémard à Besançon

Danse en ligne : vendredi à 9h00

Gym active : lundi à 9h30 - vendredi à 10h00

Gym douce (GMF) : lundi à 10h30 - vendredi à 11h00

- 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 individuels d'inscriptions de début de saison (lundi ou vendredi, gym active ou douce OU danse)
 - * et 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 (gymnastique)

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

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

Jean SERIO - 07 83 07 74 53 (danse)

En formation : **Claudine COQUILLARD** - 06 76 62 54 99 (gymnastique)

**En cas d'appel à faire d'urgence : 15 ou ...
112 sans crédit téléphonique avec n'importe quel opérateur européen.**

JANVIER - FEVRIER - MARS 2023



MARCHE DOUCE

Pendant les vacances scolaires : programmation réduite
Février : du samedi 04 Février au dimanche 19 Février 2023 inclus

Informations importantes :

- 1/ Ne pas oublier de vous inscrire préalablement à chaque randonnée à la "Une" du site rsbt.25.fr
- 2 / Lors de chaque randonnée, vous munir obligatoirement de la carte d'adhérent du Club, et du Passeport Santé FFRS (indiquant la personne à contacter en cas de nécessité). Merci.

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.

JANVIER

jeudi 5 janvier 2023

Centre ville BESANCON - 2ème partie du circuit des fontaines
Départ 14 h parking de la discothèque le QG -
Accès par route de Lons et passerelle Tarragnoz

Françoise CHAMAGNE

lundi 9 janvier 2023

BELLE ETOILE

RDV : Orée du Bois - 1ère à droite vers Montferrand-le-Château au-delà du n° 60 - 14h00

Patrice MARION

jeudi 12 janvier 2023

Les MONTBOUCONS

Départ 14 h - parking rue Manton - Accès depuis le Bld Churchill par la rue des Montboucons
direction Thémis jusqu'au 2° rd point; prendre alors le 3ème sortie à droite (attention de ne pas prendre la voie bus)

Gilbert
VOLCKMANN

lundi 16 janvier 2023

LA VEZE

RDV : Parking de l'Eglise de la Vèze - 14h00

Christian HERTEN

jeudi 19 janvier 2023

LA MALCOMBE

départ 14 h - parking de la Malcombe

Claude GADY

lundi 23 janvier 2023

CHALEZEULE - Sentier des Ecureuils

RDV : vers station-service Centre Commercial CARREFOUR Chalezeule - 14h00

Patrick MANGEAT

jeudi 26 janvier 2023

Les TILLEROYES

Départ 14 h - parking terminus des bus après le centre de soin

Gilbert
VOLCKMANN

lundi 30 janvier 2023

BREGILLE

RDV : parking du réservoir d'eau au Grand Désert - 14h00

Gilles MARCHAL

FEVRIER	
jeudi 2 février 2023	
<p style="text-align: center;">THISE en direction de Roche Lez Beaupré Départ 14 h - parking 1ère rue à droite après l'église</p>	
	Françoise CHAMAGNE
lundi 6 février 2023	vacances scolaires
jeudi 9 février 2023	vacances scolaires
lundi 13 février 2023	vacances scolaires
jeudi 16 février 2023	vacances scolaires
lundi 20 février 2023	
<p style="text-align: center;">SERRE-LES-SAPINS - La Félie RDV : Monument aux Morts - 2, rue Souvelaine à Serre-les-Sapins - <u>14h00</u></p>	
	Gérard LOYE
jeudi 23 février 2023	
<p style="text-align: center;">CHALEZEULE - le sentier Papillon Départ 14 h parking du terrain de foot - Traverser tout le village</p>	
	Françoise CHAMAGNE
lundi 27 février 2023	
<p style="text-align: center;">NOIRONTE RDV : parking de la mairie de Noironte - <u>14h00</u></p>	
	Georges ANDREY
MARS	
jeudi 2 mars 2023	
<p style="text-align: center;">CHAILLUZ Départ 14 h parking du Réservoir, rue des Relançons Le parking est à droite après le carrefour du chemin de Vieilley</p>	
	Gilbert VOLCKMANN
lundi 6 mars 2023	
<p style="text-align: center;">LA BELLE ETOILE RDV : Orée du Bois - 1ère à droite vers Montferrand-le-Château au-delà du n° 60 - <u>14h00</u></p>	
	Jean-Pierre COPPOLA
jeudi 9 mars 2023	
<p style="text-align: center;">Le long du Doubs à VAIRE départ 14 h du premier parking sur votre droite sur la route de Déluz</p>	
	Françoise CHAMAGNE
lundi 13 mars 2023	
<p style="text-align: center;">LA MALCOMBE RDV : Parking de la Malcombe à <u>14h00</u></p>	
	Gilles MARCHAL
jeudi 16 mars 2023	
<p style="text-align: center;">VELOTTE Départ 14 h parking du stade</p>	
	Claude GADY
lundi 20 mars 2023	
<p style="text-align: center;">EMAGNY RDV : Place des Tilleuls (en arrivant à Emagny) - <u>14h00</u></p>	
	Georges ANDREY
jeudi 23 mars 2023	
<p style="text-align: center;">AVANNE Départ 14 h - parking du stade de foot</p>	
	Françoise CHAMAGNE

lundi 27 mars 2023	
CHALEZEULE - Anciens Fours RDV : rue des Fours à Chaux à Chalezeule - <u>14h00</u>	
jeudi 30 mars 2023	
PIREY en direction d'Ecole Départ 14 h parking de la salle polyvalente Accès par la route de Gray et au grand ront-point prendre à droite la rue Saint Martin	
	Patrick MANGEAT
	Françoise CHAMAGNE

COORDONNEES DES ANIMATEURS

Georges ANDREY		03 81 50 82 12	06 79 03 52 86
Françoise CHAMAGNE (RSGB)		03 81 25 39 54	06 77 46 28 97
Jean-Pierre COPPOLA		03 81 51 23 42	06 80 25 37 56
Claude GADY (RSGB)		03 81 51 46 38	06 72 56 52 26
Christian HERTEN			06 84 14 58 90
Gérard LOYE		03 81 50 25 97	06 18 08 32 74
Patrick MANGEAT		03 63 42 92 54	07 78 47 49 11
Gilles MARCHAL		03 81 51 03 27	06 85 83 22 66
Patrice MARION			06 75 09 80 08
Gilbert VOLCKMANN (RSGB)		09 50 95 95 73	06 84 18 43 93

Excellente année 2023 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.

JANVIER - FEVRIER - MARS 2023

MARCHE NORDIQUE

VACANCES SCOLAIRES :

Février : du samedi 04 Février au dimanche 19 Février 2023 inclus



Echauffements à 9h 25

Départ à 9h 30

LUNDI		MERCREDI	
2-janv	BELLE - ETOILE	4-janv	BELLE - ETOILE
9-janv	BREGILLE	11-janv	BREGILLE
16-janv	TILLEROYES	18-janv	TILLEROYES
23-janv	CHAILLUZ	25-janv	CHAILLUZ
30-janv	BELLE - ETOILE	1-févr	BELLE - ETOILE
6-févr	BREGILLE	8-févr	BREGILLE
13-févr	TILLEROYES	15-févr	TILLEROYES
20-févr	CHAILLUZ	22-févr	CHAILLUZ
27-févr	BELLE - ETOILE	1-mars	BELLE - ETOILE
6-mars	BREGILLE	8-mars	BREGILLE
13-mars	TILLEROYES	15-mars	TILLEROYES
20-mars	CHAILLUZ	22-mars	CHAILLUZ
27-mars	BELLE - ETOILE	29-mars	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.

Coordonnées des animateurs

Monique BELIARD (mercredi) - 03 70 20 40 70 - 06 42 03 83 37
 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
 Dominique PETOT (lundi & mercredi) - 03 81 41 10 23 - 06 95 84 91 02

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

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.



JANVIER - FEVRIER - MARS 2023

PETANQUE



vacances scolaires :

FEVRIER : du samedi 04 février au dimanche 19 février 2023 inclus

ATTENTION : pas d'activité le mercredi 15 Mars 2023 (séjour ski-raquettes à Val Cenis)

MERCI DE VOUS MUNIR DE VOS BOULES DE PETANQUE

IMPERATIE : S'inscrire préalablement sur le fichier d'inscription ("espace adhérents" du site rsbt25.fr)

TERRAIN DU ROSEMONT

EN CAS DE MAUVAIS TEMPS : ACTIVITE dans le BOULODROME moyennant une cotisation annuelle de 10 euros

(cotisation dûe par année civile pour pouvoir bénéficier du bouloudrome - à régler à l'animateur)

tous les MERCREDIS de 14h à 16h

PS : merci de vous présenter à 13h45 pour permettre l'échauffement et à l'animateur de présenter les groupes formés

Coordonnées de l'animateur :

Jean-Pierre COPPOLA - 03 81 51 23 42
06 80 25 37 56

**En cas d'appel à faire d'urgence : 15 ou ...
112 sans crédit téléphonique avec n'importe quel opérateur européen.**



VACANCES SCOLAIRES (programmation réduite) :
Février : du samedi 04 février au dimanche 19 février 2023 inclus

RANDONNEES



Informations importantes :

- 1/ Ne pas oublier de vous inscrire préalablement à chaque randonnée à la "Une" du site rsbt.25.fr
- 2 / Lors de chaque randonnée, vous munir obligatoirement de la carte d'adhérent du Club, et du Passeport Santé FFRS (indiquant la personne à contacter en cas de nécessité). Merci.

IMPORTANT

Co-voiturage à l'initiative et sous la responsabilité de chaque conducteur - les RDV sont fixés au Parking Mallarmé. Ceux qui souhaitent se rendre directement sur le lieu de la randonnée devront contacter l'animateur afin de l'aviser, et de connaître le lieu de rdv et l'heure de départ de la rando et devront l'indiquer sur le fichier des inscriptions.

Les sorties réputées "difficiles" du Jeudi de ce trimestre privilégieront la pratique des randonnées en raquettes à neige. En cas d'insuffisance de l'enneigement, elles se transformeront en sorties classiques de "terrain", en fonction de la météo : soit avec les mêmes prescriptions de destinations, de rendez-vous et d'horaires, soit avec modification de destination, mais vous en serez avertis préalablement par messagerie et sur le fichier d'inscription aux randonnées.

Code-couleurs des niveaux de difficulté :

Marches douces – environ 5/6 kms, faibles dénivelés <u>(planning séparé par ailleurs sur accès rapide du site)</u> Activité mutualisée pour les adhérents des clubs bisontins de la Retraite Sportive. (planning séparé)		
Randonnées faciles à moyennes.		
Randonnées moyennes à difficiles.		
JANVIER		
jeudi 5 janvier 2023		
Facile MISEREY-SALINES - Carrefour Ferroviaire Env. 8,5 kms - D + 150 m RDV : Parking Mallarmé (en dessous de la piscine) pour covoiturage - départ 13h15 - (A/R 25 kms)		Dominique C.
Difficile <u>raquettes à neige - JOURNEE D'INITIATION - en fonction de l'enneigement :</u> soit : LE CRET MONNIOT - Env. 9 kms - D + 150 m soit : LE GOUNEFAY - Env. 10 kms - D + 200 m RDV : Parking Mallarmé (en dessous de la piscine) pour covoiturage - départ 08h15 (A/R 100 kms ou 120 kms) (la destination sera communiquée quelques jours avant et indiquée sur le fichier des inscriptions) Sortie à la journée - repas tiré du sac		Dominique D. Jacques
lundi 9 janvier 2023		
Moyenne FONTAIN - CHAPELLE-DES-BUIS - LES MERCUREAUX Env. 11,5 kms - D + 300 m RDV : Parking Mallarmé (en dessous de la piscine) pour covoiturage - départ 13h00 - (A/R 30 kms)		Gilles
jeudi 12 janvier 2023		
Facile FERRIERE-LES-BOIS - Bois d'Ambre Env. 9 kms - D + 100 m RDV : Parking Mallarmé (en dessous de la piscine) pour covoiturage - départ 13h00 - (A/R 35 kms)		Patrick
Difficile <u>raquettes à neige</u> HAUTERIVE-LA-FRESSE - Rocher du Cerf Env. 11 kms - D + 300 m RDV : Parking Mallarmé (en dessous de la piscine) pour covoiturage - départ 08h15 (A/R 160 kms) Sortie à la journée - repas tiré du sac		Georges Dominique D.

lundi 16 janvier 2023		
<p align="center">Facile LA BELLE ETOILE Env. 8 kms - D + 55 m</p> <p>RDV : Parking Mallarmé (en dessous de la piscine) pour covoiturage - départ 13h30 - (A/R 15 kms)</p>		Thierry
jeudi 19 janvier 2023		
<p align="center">Facile SAONE - Le Sentier des Essarts Env. 8 kms - D +150 m</p> <p>RDV : Parking Mallarmé (en dessous de la piscine) pour covoiturage - départ 13h30 - (A/R 30 kms)</p>		Guy / Gilles
<p align="center">Difficile</p> <p><u>raquettes à neige</u></p> <p align="center">SUPER-LONGEVILLES - MONT D'OR Env. 10 kms - D + 400 m</p> <p>RDV : Parking Mallarmé (en dessous de la piscine) pour covoiturage - départ 08h00 (A/R 180 kms)</p> <p align="center">Sortie à la journée - repas tiré du sac</p>		Jacques Jean-Pierre
lundi 23 janvier 2023		
<p align="center">Facile BOULOT Env. 7,5 kms - D + 130 m</p> <p>RDV : Parking Mallarmé (en dessous de la piscine) pour covoiturage - départ 13h30 - (A/R 35 kms)</p>		Jean-Louis / Christian
jeudi 26 janvier 2023		
<p align="center">Moyenne MAMIROLLE - Le Gouffre du Paradis Env. 10 kms - D + 300 m</p> <p>RDV : Parking Mallarmé (en dessous de la piscine) pour covoiturage - départ 13h15 - (A/R 40 kms)</p>		Patrice / Gérard
<p align="center">Difficile</p> <p><u>raquettes à neige</u></p> <p align="center">LES HOPITAUX-VIEUX - Le Mont de l'Herba Env. 10 kms - D + 270 m</p> <p>RDV : Parking Mallarmé (en dessous de la piscine) pour covoiturage - départ 08h00 (A/R 160 kms)</p> <p align="center">Sortie à la journée - repas tiré du sac</p>		Jean-Pierre Georges
lundi 30 janvier 2023		
<p align="center">Facile BONNEVAUX-LE-PRIEURE - Le Rocher du Tourbilon Env. 9 kms - D + 150 m</p> <p>RDV : Parking Mallarmé (en dessous de la piscine) pour covoiturage - départ 13h00 - (A/R 50 kms)</p>		Patrick
FEVRIER		
jeudi 2 février 2023		
<p align="center">Moyenne CHATILLON - TALLENAY Env. 8 kms - D + 250 m</p> <p>RDV : Parking Mallarmé (en dessous de la piscine) pour covoiturage - départ 13h30 - (A/R 20 kms)</p>		Christian
<p align="center">Difficile</p> <p><u>raquettes à neige</u></p> <p align="center">LES FOURGS - La Combe du Voirnon Env. 11 kms - D + 200 m</p> <p>RDV : Parking Mallarmé (en dessous de la piscine) pour covoiturage - départ 08h00 (A/R 160 kms)</p> <p align="center">Sortie à la journée - repas tiré du sac</p>		Dominique D. Jacques
lundi 6 février 2023		Vacances de Février
jeudi 9 février 2023		Vacances de Février
<p align="center">Moyenne THORAISE Env. 9,5 kms - D + 235 m</p> <p>RDV : Parking Mallarmé (en dessous de la piscine) pour covoiturage - départ 13h30 - (A/R 30 kms)</p>		Dominique C.
<p align="center">Difficile</p> <p><u>raquettes à neige</u></p> <p align="center">LE VIEUX CHATELEU - MONT CHATELEU Env. 9 kms - D + 350 m</p> <p>RDV : Parking Mallarmé (en dessous de la piscine) pour covoiturage - départ 08h15 (A/R 180 kms)</p> <p align="center">Sortie à la journée - repas tiré du sac</p>		Georges Jean-Pierre

lundi 13 février 2023	Vacances de Février	
jeudi 16 février 2023	Vacances de Février	
<p>Moyenne FONTAIN - sentier karstique de la Forêt de Fontain Env. 12,6 kms - D + 280 m RDV : Parking Mallarmé (en dessous de la piscine) pour covoiturage - départ 13h30 - (A/R 30 kms)</p>		Gilles
<p>Difficile <u>raquettes à neige</u> LE GRAND TAUREAU par Les Cernets (Suisse) Env. 12 kms - D + 300 m RDV : Parking Mallarmé (en dessous de la piscine) pour covoiturage - départ 08h15 (A/R 145 kms)</p> <p><i>Sortie à la journée - repas tiré du sac - pièce d'identité obligatoire</i></p>		Jacques Dominique D
lundi 20 février 2023		
<p>Moyenne PLACEY Env. 10,5 kms - D + 280 m RDV : Parking Mallarmé (en dessous de la piscine) pour covoiturage - départ 13h15 - (A/R 30 kms)</p>		Guy / Gilles
jeudi 23 février 2023		
<p>Facile TRAITIEFONTAINE Env. 10 kms - D + 200 m RDV : Parking Mallarmé (en dessous de la piscine) pour covoiturage - départ 13h00 - (A/R 50 kms)</p>		Jean-Louis / Christian
<p>Difficile <u>raquettes à neige</u> LE CHAUFFAUD - Meix Musy Env. 12 kms - D + 300 m RDV : Parking Mallarmé (en dessous de la piscine) pour covoiturage - départ 08h00 (A/R 150 kms)</p> <p><i>Sortie à la journée - repas tiré du sac - pièce d'identité obligatoire</i></p>		Jean-Pierre Jacques
lundi 27 février 2023		
<p>Facile DANNEMARIE-SUR-CRETE Env. 8,5 kms - D + 110 m RDV : Parking Mallarmé (en dessous de la piscine) pour covoiturage - départ 13h30 - (A/R 20 kms)</p>		Patrice / Patrick
MARS		
jeudi 2 mars 2023		
<p>Moyenne MONTFERRAND-LE-CHÂTEAU Env. 12 kms - D + 270 m RDV : Parking Mallarmé (en dessous de la piscine) pour covoiturage - départ 13h00 - (A/R 25 kms)</p>		Thierry
<p>Difficile <u>raquettes à neige</u> LA CROIX-DE-CHATEL (SUISSE) Env. 9 kms - D + 360 m RDV : Parking Mallarmé (en dessous de la piscine) pour covoiturage - départ 08h00 (A/R 210 kms)</p> <p><i>Sortie à la journée - repas tiré du sac - pièce d'identité obligatoire</i></p>		Georges Jacques
lundi 6 mars 2023		
<p>Moyenne CHENECEY-BUILLON - Château de Charency Env. 11 kms - D + 300 m RDV : Parking Mallarmé (en dessous de la piscine) pour covoiturage - départ 13h00 - (A/R 40 kms)</p>		Patrick
jeudi 9 mars 2023		
<p>Moyenne MONTBOILLON - Le Grand Bois Env. 10 kms - D + 180 m RDV : Parking Mallarmé (en dessous de la piscine) pour covoiturage - départ 13h30 - (A/R 40 kms)</p>		Gérard
<p>Difficile <u>raquettes à neige</u> ENTRE-LES-FOURGS - LE SUCHET Env. 11kms + 400 m (jusqu'à La Poyette) ou Env. 14 kms + 600 m (jusqu'au sommet) RDV : Parking Mallarmé (en dessous de la piscine) pour covoiturage - départ 08h00 (A/R 190 kms)</p> <p><i>Sortie à la journée - repas tiré du sac - pièce d'identité obligatoire</i></p>		Jacques Georges

lundi 13 mars 2023		
<p align="center">Facile LARNOD Env. 7 kms - D + 150 m</p> <p>RDV : Parking Mallarmé (en dessous de la piscine) pour covoiturage - départ 13h30 - (A/R 20 kms)</p>		Christian
jeudi 16 mars 2023		
<p align="center">Moyenne LA MALATE - Les Batteries de Montfaucon Env. 12 kms - D + 350 m</p> <p>RDV : Parking Mallarmé (en dessous de la piscine) pour covoiturage - départ 13h15 - (A/R 12 kms)</p>		Guy / Gilles
<p align="center">Difficile</p> <p><u>raquettes à neige</u></p> <p align="center">LES FOURGS - La Roche Sarrazine Env. 11 kms - D + 210 m</p> <p>RDV : Parking Mallarmé (en dessous de la piscine) pour covoiturage - départ 08h00 (A/R 160 kms)</p> <p align="center"><i>Sortie à la journée - repas tiré du sac</i></p>		Bernard Elisabeth
lundi 20 mars 2023		
<p align="center">Facile ETREPIGNEY - Sentier du Guêpier Env. 10 kms - D + 70 m</p> <p>RDV : Parking Mallarmé (en dessous de la piscine) pour covoiturage - départ 13h15 - (A/R 60 kms)</p>		Thierry
jeudi 23 mars 2023		
<p align="center">Moyenne + BONNAY - Sur les Pas de la Dame Blanche Env. 12,3 kms - D + 390 m</p> <p>RDV : Parking Mallarmé (en dessous de la piscine) pour covoiturage - départ 09h30 - (A/R 48 kms)</p> <p align="center"><i>Sortie à la journée - repas tiré du sac</i></p>		Jean-Pierre
<p align="center">Difficile</p> <p><u>raquettes à neige</u></p> <p align="center">LE CHASSERON - par le Crêt des Gouilles Env. 11 kms - D + 520 m</p> <p>RDV : Parking Mallarmé (en dessous de la piscine) pour covoiturage - départ 08h00 (A/R 180 kms)</p> <p align="center"><i>Sortie à la journée - repas tiré du sac - pièce d'identité obligatoire</i></p>		Georges Jacques
lundi 27 mars 2023		
<p align="center">Moyenne GRANDFONTAINE - ROUTELLE Env. 13 kms - D + 310 m</p> <p>RDV : Parking Mallarmé (en dessous de la piscine) pour covoiturage - départ 13h30 - (A/R 30 kms)</p>		Gilles
jeudi 30 mars 2023		
<p align="center">Moyenne VORAY-SUR-L'OGNON - BREUREY - BUTHIERS Env. 13,5 kms - D + 200 m</p> <p>RDV : Parking Mallarmé (en dessous de la piscine) pour covoiturage - départ 09h00 - (A/R 40 kms)</p> <p align="center"><i>Sortie à la journée - repas tiré du sac</i></p>		Bernard
<p align="center">Difficile</p> <p><u>raquettes à neige</u></p> <p align="center">METABIEF - Le Mont Ramey Env. 11 kms - D + 270 m</p> <p>RDV : Parking Mallarmé (en dessous de la piscine) pour covoiturage - départ 08h00 (A/R 160 kms)</p> <p align="center"><i>Sortie à la journée - repas tiré du sac</i></p>		Dominique D Jean-Pierre

COORDONNEES DES ANIMATEURS RANDONNEES

Georges ANDREY		03 81 50 82 12	06 79 03 52 86	ANIMATEUR RAQUETTES
Elisabeth CANO			06 77 37 46 95	
Thierry CHOPPE		03 81 60 24 32	06 58 47 95 71	ANIMATEUR RAQUETTES
Dominique CHARBONNIER			06 83 60 31 90	
Jean-Pierre COPPOLA		03 81 51 23 42	06 80 25 37 56	ANIMATEUR RAQUETTES
Dominique DUFFING		03 81 52 34 84	07 87 58 10 18	ANIMATEUR RAQUETTES
Christian HERTEN			06 84 14 58 90	
Gérard LOYE		03 81 50 25 97	06 18 08 32 74	
Patrick MANGEAT		03 63 42 92 54	07 78 47 49 11	
Gilles MARCHAL		03 81 51 03 27	06 85 83 22 66	
Bernard MIRA		03 81 50 70 60	06 79 63 45 30	ANIMATEUR RAQUETTES
Jacques RIGOLOT		03 81 80 46 50	06 81 97 51 65	ANIMATEUR RAQUETTES

En formation :

Jean-Louis BELIN			06 78 55 08 48
Patrice MARION			06 75 09 80 08
Guy ROY			06 77 80 16 43

Belle année 2023 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.



SKI



vacances scolaires :

FEVRIER : du samedi 04 février au dimanche 19 février 2023 inclus

SORTIES : LE MARDI (SI ENNEIGEMENT SUFFISANT)

Les sorties se feront à la journée, en fonction de l'enneigement et de la météo, à METABIEF ou quelquefois à CHATEL. Les animateurs aviseront les adhérents inscrits à l'activité ski, des renseignements nécessaires (destination, heure de rdv à Mallarmé pour covoiturage) 2 jours avant, voire la veille (en fonction de la météo) uniquement par messagerie

CONSIGNES POUR LE MATERIEL :

- Le port du casque est fortement conseillé
- merci de vérifier l'état de vos chaussures (surtout si inutilisées depuis longtemps)
- housse à ski obligatoire pour le transport ainsi que sac à chaussures
- location possible de matériel sur place (à Métabief et à Chatel)

PRIX DES FORFAITS (A TITRE INDICATIF) :

1/ METABIEF - PASS TOUT DOMAINE :

4 heures adulte : 27,50 euros - 4 heures sénior (65-84 ans) : 24,50 euros

journée adulte : 30,50 euros - journée sénior (65-84 ans) : 27,50 euros

2/ CHATEL

journée adulte : 48,00 euros - journée sénior (65-74 ans) : 43,00 euros - journée super sénior (75 ans et +) : 18 euros

3/ PORTES DU SOLEIL

journée adulte : 62 euros - journée sénior (65-74 ans) : 56 euros - journée super sénior (75 ans et +) : 24 euros

COORDONNEES DES ANIMATEURS :

Jacques RIGOLOT 06 81 97 51 65

Georges ANDREY 06 79 03 52 86

En formation : Elisabeth CANO 06 77 37 46 95

En formation : Joel FAVROT 06 52 62 05 03



AVRIL-MAI-JUIN 2023

ACTIVITE CYCLO ROUTE

**VACANCES SCOLAIRES :
du samedi 08 avril au dimanche 23 avril 2023 inclus**

Lors de chaque sortie, vous munir obligatoirement de la carte d'adhérent du Club avec le PASSE SANITAIRE FFRS (indiquant la personne à prévenir en cas de nécessité). Merci.



Co-voiturage à l'initiative et sous la responsabilité de chaque conducteur

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.

Les départs se feront tous les mardis à 13h30 et à partir des beaux jours à 9h00 ou 9h30 au lieu de rendez-vous indiqué, sauf communications spécifiques pour certaines sorties. Tous les samedis rdv 08h30 Malcombe pour petit circuit de 2 à 3h (sauf en Avril : rendez vous à 14h00)

Mois	Animation
AVRIL	
mardi 4 avril 2023	
<p><u>Départ : MALCOMBE à 13h30</u></p> <p>Circuit de 60 kms sur véloroute</p>	<p>Alain Dominique Jacques Nono Pascal</p>

mardi 11 avril 2023	
<p align="center"><u>Départ : CHALEZE à 13h30</u></p> <p align="center">Circuit de 60 kms sur véloroute</p>	<p align="center">Alain Nono Pascal</p>
mardi 18 avril 2023	
<p align="center"><u>Départ : CHALEZE à 9h30</u></p> <p align="center">2 circuits sur véloroute direction l'Isle-sur-le-Doubs :</p> <p align="right">* 1 circuit de 120 kms animé par :</p> <p align="right">* 1 circuit de 80 kms animé par :</p> <p align="center">sortie à la journée - casse-croûte tiré du sac</p>	<p align="center">Alain et Pascal Dominique et Jacques</p>
mardi 25 avril 2023	
<p align="center"><u>Départ : POUILLEY-LES-VIGNES à 9h30</u></p> <p align="center">2 circuits Openrunner n° 16097287 :</p> <p align="right">* 1 circuit de 120 kms animé par :</p> <p align="right">* 1 circuit de 80 kms animé par :</p> <p align="center">sortie à la journée - casse-croûte tiré du sac</p>	<p align="center">Alain et Pascal Dominique et Jacques</p>
MAI	
mardi 2 mai 2023	
<p align="center"><u>Départ : Parking du CAL (disque bleu obligatoire) à ECOLE à 9h30</u></p> <p align="center">Circuit de 76 kms - Openrunner n° 13080232</p> <p align="center">sortie à la journée - casse-croûte tiré du sac</p>	<p align="center">Dominique Nono Jacques</p>
mardi 9 mai 2023	
<p align="center"><u>Départ : MALCOMBE à 9h00</u></p> <p align="center">Circuit de 88 kms - D + 886 m - Openrunner n° 13699229</p> <p align="center">sortie à la journée - casse-croûte tiré du sac</p>	<p align="center">Alain Pascal</p>
mardi 16 mai 2023	
<p align="center"><u>Départ : Stade d'AVANNE à 9h00</u></p> <p align="center">Circuit de 87 kms - D + 730 m - Openrunner n° 16281181</p> <p align="center">sortie à la journée - casse-croûte tiré du sac</p>	<p align="center">Dominique Nono</p>

mardi 23 mai 2023	
<p><u>Départ : Stade de Foot LES AUXONS à 9h00</u></p> <p>Circuit de 91 kms - D + 939 m - Openrunner n° 16243479</p> <p>sortie à la journée - casse-croûte tiré du sac</p>	<p>Dominique Pascal</p>
mardi 30 mai 2023	
<p><u>Départ : SUPER U de MARNAY à 9h00</u></p> <p>Circuit de 71 kms - D + 735 m - Openrunner n° 16281217</p> <p>sortie à la journée - casse-croûte tiré du sac</p>	<p>Nono Jacques</p>
JUIN	
mardi 6 juin 2023	
<p><u>Départ : Supermarché Casino à SAONE à 9h00</u></p> <p>Circuit de 79 kms - D + 947 m - Openrunner n° 14340975</p> <p>sortie à la journée - casse-croûte tiré du sac</p>	<p>Dominique Alain</p>
mardi 13 juin 2023	
<p><u>Départ : SUPER U de POUILLEY-LES-VIGNES à 9h00</u></p> <p>Circuit de 70 kms - D + 800 m - Openrunner n° 10547513</p> <p>sortie à la journée - casse-croûte tiré du sac</p>	<p>Pascal Jacques</p>
mardi 20 juin 2023	
<p><u>Départ : Eglise de FRANOIS à 9h00</u></p> <p>Circuit de 95 kms - D + 850 m - Openrunner n° 13122313</p> <p>sortie à la journée - casse-croûte tiré du sac</p>	<p>Jacques Pascal</p>
mardi 27 juin 2023	
<p><u>Départ : Stade d'ORNANS à 9h00</u></p> <p>Circuit de 96 kms - D + 1100 m - Openrunner n° 14857139</p> <p>sortie à la journée - casse-croûte tiré du sac</p>	<p>Jacques Nono Pascal</p>

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
Pascal JEUNOT			06 27 82 62 67

En formation

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.



AVRIL - MAI - JUIN 2023



ACTIVITES GYMNQUES ET DANSE

**Pendant les vacances scolaires : PAS D'ACTIVITES
du samedi 08 Avril au dimanche 23 Avril 2023 inclus**

**Pas de séances : - les lundis 1er Mai, 8 mai et 29 Mai (jours fériés)
- le vendredi 19 Mai (pont de l'Ascension)
- le lundi 22 Mai (animateurs absents)**

GYMNASE RESAL

Parking 11 rue Pierre Sémard à Besançon

Danse en ligne : vendredi à 9h00

Gym active : lundi à 9h30 - vendredi à 10h00

Gym douce (GMF) : lundi à 10h30 - vendredi à 11h00

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 individuels d'inscriptions de début de saison (lundi ou vendredi, gym active ou douce OU danse)**
- * et d'avoir déjà pratiqué la gymnastique pour participer valablement aux séances de « gym active ».**

Coordonnées des animateurs :

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

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

Jean SERIO - 07 83 07 74 53 (danse)

En formation : Claudine COQUILLARD - 06 76 62 54 99 (gymnastique)

**En cas d'appel à faire d'urgence : 15 ou ...
112 sans crédit téléphonique avec n'importe quel opérateur européen.**



MARCHES DOUCES

AVRIL - MAI - JUIN 2023

**Pendant les vacances scolaires : programmation réduite
du samedi 08 Avril au dimanche 23 Avril 2023 inclus**



Informations importantes :

- 1/ Ne pas oublier de vous inscrire préalablement à chaque randonnée à la "Une" du site rsbt.25.fr
- 2 / Lors de chaque randonnée, vous munir obligatoirement de la carte d'adhérent du Club, et du Passeport Santé FFRS (indiquant la personne à contacter en cas de nécessité). Merci.

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.

AVRIL

lundi 3 avril 2023

CHAILLUZ

RDV : parking du réservoir au 23 Chemin des Relançons - 14h

Gérard LOYE

jeudi 6 avril 2023		
de PALENTE à CHAILLUZ Départ : Parking Place des Tilleuls à Palente - 14h (accès par Palente ou rue de la Corvée)		Françoise CHAMAGNE
lundi 10 avril 2023	Férié	
jeudi 13 avril 2023	congés scolaires	
lundi 17 avril 2023	congés scolaires	
jeudi 20 avril 2023	congés scolaires	
lundi 24 avril 2023		
BREGILLE RDV : parking du Grand Désert - 14h		Jean-Pierre COPPOLA
jeudi 27 avril 2023		
LA VEZE Départ : Parking de l'église de La Vèze - 14h		Gilbert VOLCKMANN
MAI		
lundi 1 mai 2023	Férié	
jeudi 4 mai 2023		
LES ETANGS DE GENEUILLE Départ : parking du Stade de foot - 14h (entrer dans le village et prendre à droite après les commerces) ou covoiturage à 13h30 parking rue de Chaillot (accès par rue Vesoul au 2ème feu après le Bd prendre à G puis à D)		Françoise CHAMAGNE
lundi 8 mai 2023	Férié	
jeudi 11 mai 2023		
VELOTTE RDV : Parking Stade de Velotte - 14h		Claude GADY

lundi 15 mai 2023	
PIREY RDV : Parking de la Zone Commerciale du Lavoir à Pirey - <u>14h</u>	Patrice MARION
jeudi 18 mai 2023	Férié
lundi 22 mai 2023	
BELLE-ETOILE RDV : Orée du Bois - 1ère à droite vers Montferrand-le-Château au-delà du n° 60 - <u>14h</u>	Gilles MARCHAL
jeudi 25 mai 2023	
PAS DE RANDONNEE : AG de la RSGB	
lundi 29 mai 2023	Férié
JUIN	
jeudi 1 juin 2023	
BREGILLE - LE GRAND DESERT Départ <u>14h</u> parking de l'antenne télé au Fort de Bregille	Françoise CHAMAGNE
lundi 5 juin 2023	
BEURE - déambulation dans Beure RDV : Parking du Cimetière à Beure - <u>14h</u>	Christian HERTEN
jeudi 8 juin 2023	
RANCENAY Départ <u>14h</u> : depuis le stade d'Avanne, continuer en direction de Montferrand, prendre la 1ère rue à gauche, traverser le village et se garer un peu plus bas au bord du Doubs	Gilbert VOLCKMANN

lundi 12 juin 2023	
<p style="text-align: center;">THORAISE (boucle de Thoraise)</p> <p style="text-align: center;">RDV : au tunnel fluvial de Thoraise (dominé par une vierge) - <u>14h</u></p>	Jean-Pierre LANAUD
jeudi 15 juin 2023	
<p style="text-align: center;">FRANCOIS</p> <p>Départ <u>14h</u> : vers le stade (prendre rue de Dole puis direction Franois jusqu'au rond point de la Vierge, puis la 2ème sortie à droite puis tout de suite à gauche en direction du stade à 500m du parking du stade)</p>	Gilbert VOLCKMANN
lundi 19 juin 2023	
<p style="text-align: center;">SERRE-LES-SAPINS - Forêt de la Menère Tilleroyes</p> <p style="text-align: center;">RDV : parking sur la droite de la rue de la Gare entre le rond-point de la Planche à Franois et Serre les Sapins en direction du magasin CROC NATURE - <u>14h</u></p>	Gérard LOYE
jeudi 22 juin 2023	
<p style="text-align: center;">THISE - la forêt entre Braillans et Thise</p> <p>Départ <u>14h</u> : prendre la route de Marchaux et se garer à droite parking du restaurant l'Olivier à l'entrée de Braillans</p>	Françoise CHAMAGNE
lundi 26 juin 2023	
<p style="text-align: center;">CHAILLUZ</p> <p style="text-align: center;">RDV : parking des Petites Baraques (*) <u>14h</u></p> <p>(*) la route forestière étant fermée à la circu passer <u>1/</u> par chemin de Valentin, à droite : prendre Chemin des Essarts - <u>2/</u> aux Torcols prendre à gauche : chemin de la Barre aux Chevaux - <u>3/</u> passer le centre équestre et prendre Chemin des Fonds de Chailluz - <u>4/</u> arrivée aux Petites Baraques 1,5 km plus loin</p>	Jean-Pierre LANAUD
jeudi 29 juin 2023	
<p style="text-align: center;">DEVECEY - en direction de BONNAY</p> <p style="text-align: center;">Départ <u>14h</u> : parking du SUPER U de Devecey</p> <p>ou covoiturage à 13h30 parking rue de Chaillot (accès par rue Vesoul au 2ème feu après le Bd prendre à G puis à D)</p>	Françoise CHAMAGNE

COORDONNEES DES ANIMATEURS

Françoise CHAMAGNE (RSGB)		03 81 25 39 54	06 77 46 28 97
Claude GADY (RSGB)		03 81 51 46 38	06 72 56 52 26
Gilbert VOLCKMANN (RSGB)		09 50 95 95 73	06 84 18 43 93
Denise BOBILLIER (RSGB)			06 36 87 22 00
Georges ANDREY		03 81 50 82 12	06 79 03 52 86
Elisabeth CANO			
Jean-Pierre COPPOLA		03 81 51 23 42	06 80 25 37 56
Christian HERTEN			06 84 14 58 90
Jean-Pierre LANAUD		03 81 50 21 53	06 40 52 88 59
Gérard LOYE		03 81 50 25 97	06 18 08 32 74
Patrick MANGEAT		03 63 42 92 54	07 78 47 49 11
Gilles MARCHAL		03 81 51 03 27	06 85 83 22 66

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.



AVRIL - MAI - JUIN 2023

MARCHE NORDIQUE

VACANCES SCOLAIRES :

du samedi 08 avril au dimanche 23 avril 2023 inclus



Echauffements à 9h 25

Départ à 9h 30

LUNDI		MERCREDI	
3-avr	BREGILLE	5-avr	BREGILLE
10-avr	TILLEROYES	12-avr	TILLEROYES
17-avr	CHAILLUZ	19-avr	CHAILLUZ
24-avr	BELLE - ETOILE	26-avr	BELLE - ETOILE
1-mai	BREGILLE	3-mai	BREGILLE
8-mai	TILLEROYES	10-mai	TILLEROYES
15-mai	CHAILLUZ	17-mai	CHAILLUZ
22-mai	BELLE - ETOILE	24-mai	BELLE - ETOILE
29-mai	BREGILLE	31-mai	BREGILLE
5-juin	TILLEROYES	7-juin	TILLEROYES
12-juin	CHAILLUZ	14-juin	CHAILLUZ
19-juin	BELLE - ETOILE	21-juin	BELLE - ETOILE
26-juin	BREGILLE	28-juin	BREGILLE

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.

Coordonnées des animateurs

Monique BELIARD (mercredi) - 03 70 20 40 70 - 06 42 03 83 37
 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
 Dominique PETOT (lundi & mercredi) - 03 81 41 10 23 - 06 95 84 91 02

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

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 2023

PETANQUE



vacances scolaires :
du samedi 08 avril au dimanche 23 avril 2023 inclus

MERCI DE VOUS MUNIR DE VOS BOULES DE PETANQUE

IMPERATIE : S'inscrire préalablement sur le fichier d'inscription ("espace adhérents" du site rsbt25.fr)

TERRAIN DU ROSEMONT

EN CAS DE MAUVAIS TEMPS : ACTIVITE dans le BOULODROME moyennant une cotisation annuelle de 10 euros

(cotisation d'ue par année civile pour pouvoir bénéficier du bouloudrome - à régler à l'animateur)

tous les MERCREDIS de 14h à 16h

PS : merci de vous présenter à 13h45 pour permettre l'échauffement et à l'animateur de présenter les groupes formés

Coordonnées de l'animateur :

Jean-Pierre COPPOLA - 03 81 51 23 42
06 80 25 37 56

**En cas d'appel à faire d'urgence : 15 ou ...
112 sans crédit téléphonique avec n'importe quel opérateur européen.**



AVRIL - MAI - JUIN 2023

VACANCES SCOLAIRES
printemps : du samedi 08 avril au dimanche 23 avril 2023 inclus

RANDONNEES



Informations importantes :

- 1/ Ne pas oublier de vous inscrire préalablement à chaque randonnée à la "Une" du site rsbt.25.fr
- 2 / Lors de chaque randonnée, vous munir obligatoirement de la carte d'adhérent du Club, et du Passeport Santé FFRS (indiquant la personne à contacter en cas de nécessité). Merci.

IMPORTANT

Co-voiturage à l'initiative et sous la responsabilité de chaque conducteur - les RDV sont maintenant fixés au Parking Mallarmé. Ceux qui souhaitent se rendre directement sur le lieu de la randonnée devront contacter l'animateur afin de l'aviser et connaître le lieu de rdv et l'heure de départ de la rando.

ATTENTION : Les modifications ET annulations de randonnées en cours de trimestre se feront UNIQUEMENT sur le fichier des inscriptions. Les modifications ne seront plus faites sur le planning en cours de trimestre. Nous vous invitons donc à consulter régulièrement ce fichier des inscriptions.

Code-couleurs des niveaux de difficulté :

Marches douces – environ 5/6 kms, faibles dénivelés (planning séparé)
 Activité mutualisée pour les adhérents des clubs bisontins de la Retraite Sportive.

Randonnées faciles à moyennes.

Randonnées moyennes à difficiles.

AVRIL

lundi 3 avril 2023

Moyenne
CHALEZEULE - BREGILLE
 Env. 12 kms - D + 300 m

RDV : parking Carrefour Chalezeule pour départ de la randonnée à **13h30**

Patrick

jeudi 6 avril 2023

Moyenne
GENNES - Fort des Epesses
 Env. 11 kms - D + 330 m

RDV Parking Mallarmé pour covoiturage - **13h30** (A/R/ 30 kms)

Guy / Gilles

Difficile
MONTFORT

Env. 15 kms - D + 385 m

RDV Parking Mallarmé pour covoiturage - **9h00** (A/R 50 kms)

Patrice

Jean-Pierre

sortie à la journée - repas tiré du sac

lundi 10 avril 2023

Féié

jeudi 13 avril 2023	congés scolaires	
<p align="center">Moyenne QUINGEY Env. 15 kms - D + 450 m RDV Parking Mallarmé pour covoiturage - 9h00 (A/R 50 kms) <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i></p>		Gilles
lundi 17 avril 2023	congés scolaires	
jeudi 20 avril 2023	congés scolaires	
<p align="center">Moyenne MONTBOUTON - le Pont Sarrazin Env. 15 kms - D + 375 m RDV Parking Mallarmé pour covoiturage - 8h30 (A/R 175 kms) <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i></p>		Elisabeth
lundi 24 avril 2023		
<p align="center">Moyenne LAISSEY - Le Belvédère Château de Vaite Env. 8 kms - D + 350 m RDV : parking Carrefour Chalezeule pour covoiturage à 13h30 (A/R 40 kms)</p>		Christian
jeudi 27 avril 2023		
<p align="center">Facile OSSELLE - Sentier sur les Roches Env. 9 kms - D + 170 m RDV Parking Mallarmé pour covoiturage - 13h30 (A/R 40 kms)</p>		Dominique D.
<p align="center">Difficile CONSOLATION - Mont de Laval Env. 17 kms - D + 700 m RDV Parking Mallarmé pour covoiturage - 8h15 (A/R 125 kms) <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i></p>		Thierry Jean-Pierre
MAI		
lundi 1 mai 2023	Férié	
jeudi 4 mai 2023		
<p align="center">Facile RECOLOGNE - La Tuilerie Env. 10 kms - D + 100 m RDV Parking Mallarmé pour covoiturage - 13h30 (A/R 30 kms)</p>		Bernard
<p align="center">Difficile MONTBENOIT - La Vy aux Moines Env. 20 kms - D + 565 m RDV Parking Mallarmé pour covoiturage - 8h30 (A/R 140 kms) <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i></p>		Elisabeth Christian

lundi 8 mai 2023	Férieré	
jeudi 11 mai 2023	Férieré	
Moyenne ABBANS-DESSOUS - le Château du Marquis Env. 14 kms - D + 320 m RDV Parking Mallarmé pour covoiturage - 9h30 (A/R 50 kms) <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i>		Christian
Difficile POLIGNY - le Fanum de Pupillin Env. 16 kms - D + 500 m RDV Parking Mallarmé pour covoiturage - 8h30 (A/R 140 kms) <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i>		Georges Dominique D.
lundi 15 mai 2023	Férieré	
Moyenne CHAUX-LA-LOTIERE Env. 11 kms - D + 160 m RDV Parking Mallarmé pour covoiturage - 13h15 (A/R 40 kms)		Jean-Louis
jeudi 18 mai 2023	Férieré	
lundi 22 mai 2023	Férieré	
Facile FOURG Env. 10 kms - D + 200 m RDV Parking Mallarmé pour covoiturage - 13h30 (A/R 60 kms)		Patrick
jeudi 25 mai 2023	Férieré	
Moyenne VORAY - Le Pays Riolois Env. 12,5 kms - D + 180 m RDV Parking Mallarmé pour covoiturage - 13h30 (A/R 30 kms)		Bernard
Difficile NANS-SOUS-STE-ANNE Env. 20 kms - D + 570 M RDV Parking Mallarmé pour covoiturage - 8h30 (A/R 90 kms) <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i>		Gilles Patrice
lundi 29 mai 2023	Férieré	
JUIN		
jeudi 1 juin 2023	Férieré	
Moyenne OUHANS - Source de la Loue, Gorges de Nouailles Env. 12,3 kms - D + 430 m RDV Parking Mallarmé pour covoiturage - 8h30 (A/R 100 kms) <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i>		Jean-Pierre
Difficile MONT-DE-VOUGNEY - Au long du Dessoubre Env. 16 kms - D + 470 m RDV Parking Mallarmé pour covoiturage - 8h00 (A/R 150 kms) <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i>		Dominique D. Thierry

lundi 5 juin 2023	
<p align="center">Facile FRAISANS - Château de Rans Env. 9 kms - D + 130 m RDV Parking Mallarmé pour covoiturage - 13h30 (A/R 50 kms)</p>	Guy
jeudi 8 juin 2023	
<p align="center">Moyenne ORNANS Env. 11 kms - D + 300 m RDV Parking Mallarmé pour covoiturage - 9h00 (A/R 60 kms) <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i></p>	Bernard
<p align="center">Difficile CHÂTEAU DE JOUX Env. 14 kms - D + 460 m RDV Parking Mallarmé pour covoiturage - 8h30 (A/R 130 kms) <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i></p>	Christian Elisabeth
lundi 12 juin 2023	
<p align="center">Facile PUGEY - ARGUEL Env. 8 kms - D + 240 m RDV Parking Mallarmé pour covoiturage - 13h30 (A/R 20 kms)</p>	Gérard
jeudi 15 juin 2023	
<p align="center">Moyenne MONCEY Env. 14 kms - D + 300 m RDV Parking Mallarmé pour covoiturage - 9h00 (A/R 45 kms) <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i></p>	Thierry
<p align="center">Difficile DENT DE VAULION (Suisse) par les Charbonnières Env. 14 kms - D + 530 m RDV Parking Mallarmé pour covoiturage - 7h30 (A/R 200 kms) <i>sortie à la journée - repas tiré du sac - pièce d'identité obligatoire</i></p>	Jacques Jean-Pierre
lundi 19 juin 2023	
<p align="center">Facile GENEUILLE Env. 12 kms - D + 100 m RDV Parking Mallarmé pour covoiturage - 13h30 (A/R 40 kms)</p>	Patrick
jeudi 22 juin 2023	
<p align="center">Moyenne LODS - Les Fermes du Suchaux Env. 12 kms - D + 500 m RDV Parking Mallarmé pour covoiturage - 9h30 (A/R 90 kms) <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i></p>	Jean-Louis
<p align="center">Difficile LA-VIEILLE-LOYE - Sentier Les Radeliers Env. 18 kms - D + 320 m RDV Parking Mallarmé pour covoiturage - 8h30 (A/R 100 kms) <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i></p>	Dominique C. Gilles
lundi 26 juin 2023	
<p align="center">Moyenne Sentiers des Cabordes Env. 10 kms - D + 500 m RDV Parking de la Malcombe - 13h30</p>	Jean-Pierre

jeudi 29 juin 2023		
Moyenne CLERON - Ruisseau de Cléron Env. 15 kms - D + 350 m RDV Parking Mallarmé pour covoiturage - 9h00 (A/R 50 kms) <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i>		Patrice
Difficile AISSEY Env. 23 kms - D + 630 m RDV Parking Mallarmé pour covoiturage - 8h30 (A/R 70 kms) <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i>		Gilles Alain R

COORDONNEES DES ANIMATEURS

Georges ANDREY		03 81 50 82 12	06 79 03 52 86
Eiisabeth CANO			06 77 37 46 95
Dominique CHARBONNIER			06 83 60 31 90
Thierry CHOPPE		03 81 60 24 32	06 58 47 95 71
Jean-Pierre COPPOLA		03 81 51 23 42	06 80 25 37 56
Dominique DUFFING		03 81 52 34 84	07 87 58 10 18
Christian HERTEN			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
Patrick MANGEAT			07 78 47 49 11
Bernard MIRA		03 81 50 70 60	06 79 63 45 30
Jacques RIGOLOT		03 81 80 46 50	06 81 97 51 65

En formation

Jean-Louis BELIN			06 78 55 08 48
Patrice MARION			06 75 09 80 08
Guy ROY			06 77 80 16 43
Christian SALVI			07 87 70 31 22

Responsable planning

Jacqueline DUFFING		03 81 52 34 84	06 82 34 73 27
--------------------	--	----------------	----------------

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 2023

ACTIVITE VTC (GROUPE 1)

VACANCES SCOLAIRES

Printemps : du samedi 08 avril au dimanche 23 avril 2023 inclus

Lors de chaque sortie, vous munir obligatoirement de la carte d'adhérent du Club avec le PASSE SANITAIRE FFRS (indiquant la personne à prévenir en cas de nécessité). Merci.



Co-voiturage à l'initiative et sous la responsabilité de chaque conducteur

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.

Mois	Animation
AVRIL	
mardi 4 avril 2023	
Circuit : 13h30 parking les prés de Vaux vers Baume les Dames environ 55 km	Monique

mardi 11 avril 2023	vacances Pâques
<p style="text-align: center;"><u>Circuit :</u> 13h30 parking stade Avanne vers St Vit environ 60 km</p>	Monique
mardi 18 avril 2023	vacances Pâques
<p style="text-align: center;"><u>Circuit :</u> 13h30 parking Super U Saône la Véze-La grange du liège-Merey S/Montrond-Tarcenay Villers S/Montrond - Montrond le château - Malbrans - Foucherans - Trepot- Hôpital du Grosbois-Saône environ 58 km D 651 m</p>	Monique
mardi 25 avril 2023	
<p style="text-align: center;"><u>Circuit :</u> 13h30 parking cul des prés Braillans-Chatillon guyotte-Pouligney Luisans-Vennans-St Hilaire-Breconchaux Ougney Douvot - Novillars - Thise - Culs des Prés environ 52 km D393m</p>	Monique
MAI	
mardi 2 mai 2023	
<p style="text-align: center;"><u>Circuit :</u> 13h30 gare hôpital du Grosbois Charbonnière les Sapins - Saules - Guyans Durnes - Fallerans - Verniéfontaine Chasnans - Lavans Vuillafans - Vuillafans - Montgesoye - Ornans - Hôpital du Grosbois environ 63 km D 866 m</p>	Monique
mardi 9 mai 2023	
<p style="text-align: center;"><u>Circuit :</u> 9h30 parking stade d'Avanne sortie journée Busy - Abbans - Byans - Liesle - Arc et Senans - Ranchot - Avanne environ 75 km D 645</p>	Monique
mardi 16 mai 2023	
<p style="text-align: center;"><u>Circuit :</u> 9h30 parking Temis derrière le restaurant Montboucon - Pirey - Pouilley les Vignes - Serre les Sapins - Chemaudin - Villers Buzon Corcondray - Mercey le Grand - Etrabonne - Courchapon - Burgille - Chazoy - Cordiron - Recologne - Noironte - Temis environ 60 km D 660 m</p>	Monique

mardi 23 mai 2023		
<u>Circuit :</u> Animatrice absente		
mardi 30 mai 2023		
<u>Circuit :</u> Animatrice absente		
JUIN		
mardi 6 juin 2023		
<u>Circuit :</u> 9h30 parking Super U Devecey Moncey - Thuret le Mont - Valleroy - Cirey - Rignosot - Cendrey - Avilley - La Bretenière - Breconchaux - Venans - Chatillon - Chaudefontaine - Moncey - Devecey environ 74 km D 811 m sortie journée		Monique
mardi 13 juin 2023		
<u>Circuit :</u> 9h30 parking église du valdahon Vercel - Eysson - Landresse - Laviron - Pierrefontaine les varans - Germéfontaine - Loray - Flangebouche - Avoudrey - Passonfontaine - Valdahon environ 74 km D 938 m sortie journée		Monique
mardi 20 juin 2023		
<u>Circuit :</u> Animatrice Absente		
mardi 27 juin 2023		
<u>Circuit :</u> 9h30 parking Rodia Laissey - Champlive - Dammartin - Bretigney Notre Dame - Baume les Dames retour vélo route environ 79 km D 561 sortie journée		Monique

COORDONNEES ANIMATRICE VTC

Monique BELIARD			06 42 03 83 37
-----------------	--	--	----------------

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.**

ACTIVITE VTC (GROUPE 2)

VACANCES SCOLAIRES

Printemps : du samedi 08 avril au dimanche 23 avril 2023 inclus

Lors de chaque sortie, vous munir obligatoirement de la carte d'adhérent du Club avec le PASSE SANITAIRE FFRS (indiquant la personne à prévenir en cas de nécessité). Merci.



Co-voiturage à l'initiative et sous la responsabilité de chaque conducteur

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.

Mois	Animation
AVRIL	
mardi 4 avril 2023	
<u>BOUCLE TEMIS / TEMIS</u> Circuit : 31 KM DENIVELÉ 242 M Témis, Haut de Chazal, Chateaufarine, Belle Etoile, Montferand le Château, Grandfontaine, Chemaudin, Frasnois, Serre les Sapins, Tilleroyes, Témis RDV 14h Parking Témis Rue Manton	MICHEL CHRISTIAN

mardi 11 avril 2023	vacances Pâques
<p align="center"><u>BOUCLE CHATEAUFARINE / CHATEAUFARINE</u></p> <p align="center"><u>Circuit</u> : 35 KMS DENVELE 270 M</p> <p align="center">Châteaufarine, Belle étoile, Grandfontaine, Vellesmes les Essarts, Bénusse, St Vit, Osselle, Thoraise, Montferrand le Château, Belle étoile Chateaufarine</p> <p align="center">RDV 14 H Parking Casino face Leroy Merlin</p>	
mardi 18 avril 2023	vacances Pâques
<p align="center"><u>Circuit</u> :</p> <p align="center">Animateurs absents</p>	
mardi 25 avril 2023	vacances Pâques
<p align="center"><u>Boucle SAONE PAR LE GOLF</u></p> <p align="center"><u>Circuit</u> : 36 KMS DENIVELE 343 M</p> <p align="center">Super u Saone, Saone, Gennes, Nancray, Golfe Chevillotte, Mamirolle, Gratteris, Aéroport Vèze, Super U Saone</p> <p align="center">RDV 14 H Parking Super U Saone</p>	
MAI	
mardi 2 mai 2023	vacances Pâques
<p align="center"><u>Boucle RECOLOGNE PAR LE MOUTHEROT</u></p> <p align="center"><u>Circuit</u> : 42 KMS DENIVELE 398 M</p> <p align="center">Recologne, Emagny, Marnay, Chenevrey, Sornay, Pagney, Mautherot, Etrabonne, Lantenne Vertière, Burgille, Cordiron, Recologne</p> <p align="center">Repas tiré du sac</p> <p align="center">RDV 10H Parking Recologne Proximité Crédit Agricole</p>	
mardi 9 mai 2023	vacances Pâques
<p align="center"><u>Foret de chaux</u></p> <p align="center"><u>Circuit</u> : 49 KMS DENIVELE 320 M</p> <p align="center">Ranchot, Rans, Foret de Chaux, Veille Loye, Rochefort sur nenon, Orchamps, Barre, Ranchot</p> <p align="center">Repas tiré du sac</p> <p align="center">RDV 10H Parking Vélo Route Ranchot</p>	
mardi 16 mai 2023	vacances Pâques
<p align="center"><u>BOUCLE DE L AVANT DOUBS</u></p> <p align="center"><u>Circuit</u> : 32 KMS DENIVELE 360 M</p> <p align="center">Montbozon, Fontenois les Montbozon, Vy les filain, Authoison, Villers Pater, Auberans, Beaumote les montbozon, Cenans, Loulans-Verchamp, Montbozon</p> <p align="center">RDV 14 H Parking Camping Montbozon</p>	

mardi 23 mai 2023	
<u>Circuit :</u> Animateurs absents	
mardi 30 mai 2023	
<u>BOUCLE LAISSEY AVEC VISITE BAUMES LES DAMES</u> <u>Circuit</u> : 42 KMS DENIVELE 410 M Laissey, Champlive, Dammartin les Templiers, Bretigney notre dame, Baume les Dames, Esnans, Ougney Douvot, Laissey Repas tiré du sac RDV 10 H Parking gare de Laissey	MICHEL CHRISTIAN
JUIN	
mardi 6 juin 2023	
<u>VISITE JARDIN BOTANIQUE D ACORUS</u> <u>Circuit</u> : 42 KMS DENIVELE 510 M Emagny, Beaumotte les pins, Courcuire, Autoreille, Charcenne, Virey, Avrigney, Brussey Marnay, Ruffey le château, Chevigney sur l'ognon, Emagny Repas tiré du sac dans le parc du jardin RDV Parking 9 H Centre Village Emagny	MICHEL CHRISTIAN
mardi 13 juin 2023	
<u>Circuit</u> : 45 KMS - DENIVELE 443 M Devecey - Voray - Bussières - Boulot - Etuz - Chambornay-les-Pins - Gésier - Montboillon - Bonnevent - Chaux-la-Lotière - Boulton - Sorans - Cromary - Pérouse - Buthiers - Voray - Devecey Repas tiré du sac RDV 9h00 Parking SUPER U DEVECEY	DOMINIQUE
mardi 20 juin 2023	
<u>Circuit</u> : 44 KMS - DENIVELE 320 M Avanne - Saint-Vit par Grandfontaine - Chemaudin - Velesme-Essart - et retour par Osselle et la véloroute ou Byans, Abbans (suivant la forme du groupe) RDV 8h30 Parking du Stade d'AVANNE	NONO
mardi 27 juin 2023	
<u>Circuit</u> : 50 KMS environ véloroute direction St-Vit et circuit par route en fonction de la forme du groupe RDV 13h30 Parking de la MALCOMBE	ALAIN

COORDONNEES DES ANIMATEURS VTC

Michel VERMOT DESROCHES	06 75 12 99 79
Christian HERTEN	06 84 14 58 90

ACTIVITE CYCLO-VELO DOUBS

LES SORTIES AURONT LIEU LES VENDREDIS APRES-MIDI. LES HEURES ET LIEUX DE RDV VOUS SERONT COMMUNIQUEES PAR CHRISTIAN HERTEN A CHAQUE SORTIE VIA MESSAGERIE AVEC PRECISION DU CIRCUIT (DIRECTION ET KILOMETRAGE)

COORDONNEES ANIMATEUR CYCLO VELO DOUBS

Christian HERTEN	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.



RSBT illeroyes
esanson
portive
etraite

JUILLET-AOÛT-SEPTEMBRE 2023

ACTIVITE CYCLO ROUTE

VACANCES SCOLAIRES :
du samedi 08 juillet au dimanche 03 septembre 2023 inclus

Lors de chaque sortie, vous munir obligatoirement de la carte d'adhérent du Club avec le PASSE SANITAIRE FFRS (indiquant la personne à prévenir en cas de nécessité). Merci.



Co-voiturage à l'initiative et sous la responsabilité de chaque conducteur

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.

Les départs se feront tous les mardis à 8h00 ou 8h30 au lieu de rendez-vous indiqué, sauf communications spécifiques pour certaines sorties.

Tous les samedis rdv

08h30 Malcombe pour petit circuit de 2 à 3h

Mois	Animation
JUILLET	
mardi 4 juillet 2023	
Départ : Stade d'Avanne - 8h00 Circuit de 74 kms - D + 725 m - Openrunner 16778504 (sortie à la matinée)	Alain Nono

mardi 11 juillet 2023	
<p><u>Départ : Parking gare PONTARLIER - 8h30</u></p> <p>Circuit de 98 kms - D + 1100 m - Openrunner 16617937</p> <p>sortie à la journée - casse-croûte tiré du sac</p>	Jacques Alain
mardi 18 juillet 2023	
<p><u>Départ : Super U de BAUME-LES-DAMES - 8h30</u></p> <p>Circuit de 87 kms - D + 1170 m - Openrunner 16798013</p> <p>sortie à la journée - casse-croûte tiré du sac</p>	Dominique Pascal
mardi 25 juillet 2023	
<p><u>Départ : Super U de VALDAHON - 8h30</u></p> <p>Circuit de 90 kms - D + 1152 m - Openrunner 16811453</p> <p>sortie à la journée - casse-croûte tiré du sac</p>	Pascal Dominique
AOUT	
mardi 1 août 2023	
<p><u>Départ : VALLORBE - Parking des Grottes - 8h30</u></p> <p>Circuit de 107 kms - D + 1313 m - openrunner 16617695</p> <p>sortie à la journée - casse-croûte tiré du sac - <u>pièce d'identité obligatoire</u></p>	Jacques Alain
mardi 8 août 2023	
<p><u>Départ : Parking Casino SAONE - 8h00</u></p> <p>Circuit de 95 kms - D + 1110 m - openrunner 16761525</p> <p>sortie à la journée - casse-croûte tiré du sac</p>	Nono Pascal
mardi 15 août 2023	Férial

mardi 22 août 2023	
<p><u>Départ : Stade d'AVANNE - 8h00</u></p> <p>Circuit de 107 kms - D + 650 m - openrunner 10004269</p> <p>sortie à la journée - casse-croûte tiré du sac</p>	<p>Nono Alain</p>
mardi 29 août 2023	
<p><u>Départ : Parking église QUINGEY - 9h00</u></p> <p>Circuit (Le Poupet) de 75 kms - D + 1161 m openrunner 16802798</p> <p>sortie à la journée - casse-croûte tiré du sac</p>	<p>Dominique Jacques</p>
SEPTEMBRE	
mardi 5 septembre 2023	
<p><u>Départ : Super U de DEVECEY - 8h00</u></p> <p>Circuit de 103 kms - D + 1230 m - openrunner 16667999</p> <p>sortie à la journée - casse-croûte tiré du sac</p>	<p>Jacques Pascal</p>
mardi 12 septembre 2023	
<p><u>Départ : Parking de LA MALCOMBE - 8h00</u></p> <p>Circuit de 75 kms - D + 534 m - openrunner 16761293</p> <p>(sortie à la matinée)</p>	<p>Nono Alain</p>
mardi 19 septembre 2023	
<p><u>Départ : Stade de FONTAIN - 9h00</u></p> <p>Circuit de 97 kms - D + 1015 m - openrunner 16802621</p> <p>sortie à la journée - casse-croûte tiré du sac</p>	<p>Pascal Dominique</p>
mardi 26 septembre 2023	
<p><u>Départ : Parking Mallarmé - 7h30</u></p> <p>Circuit de 107 kms - D + 732 m - openrunner 16798648 (tour du Lac de Neufchâtel depuis Yverdon)</p> <p>sortie à la journée - casse-croûte tiré du sac - pièce d'identité obligatoire</p>	<p>Jacques Pascal</p>

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
Pascal JEUNOT			06 27 82 62 67

En formation

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.



JUILLET-AOÛT-SEPTEMBRE 2023

ACTIVITE VTC (GROUPE 1)

VACANCES SCOLAIRES
du samedi 08 juillet au dimanche 03 septembre 2023 inclus

Lors de chaque sortie, vous munir obligatoirement de la carte d'adhérent du Club avec le PASSE SANITAIRE FFRS (indiquant la personne à prévenir en cas de nécessité). Merci.



Co-voiturage à l'initiative et sous la responsabilité de chaque conducteur

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.

Pour ce 3ème trimestre : pas de programme établi d'avance

Celui-ci sera établi au coup par coup par l'animatrice

COORDONNEES ANIMATRICE VTC

Monique BELIARD			06 42 03 83 37
------------------------	--	--	-----------------------

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.



JUILLET-AOUT-SEPTEMBRE 2023

ACTIVITE VTC (GROUPE 2)

VACANCES SCOLAIRES
du samedi 08 juillet au dimanche 03 septembre 2023 inclus

Lors de chaque sortie, vous munir obligatoirement de la carte d'adhérent du Club avec le PASSE SANITAIRE FFRS (indiquant la personne à prévenir en cas de nécessité). Merci.



Co-voiturage à l'initiative et sous la responsabilité de chaque conducteur

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.

Mois	Animation
JUILLET	
mardi 4 juillet 2023	
<u>VOIE VERTE DE L'OGNON</u> Circuit de 51kms Denivelé de 250m Fontenois-les-Montbozons, Rougemont, Villersexel, retour voie verte Repas tiré du sac RDV 10 H Parking Carrefour Valentin face Intersport	MICHEL. CHRISTIAN

mardi 11 juillet 2023	
<p align="center"><u>RTE DES VINS CHATEAU CHALON</u> Circuit de 40 kms Denivelé de 590 m Poligny, St Lothain, Passenans, Frontenay, Château Chalon, Plasne, Barretaine, Croix de Dan, Poligny Repas tiré du sac</p> <p align="center">RDV 9 h Parking Cimetière Beure</p>	MICHEL CHRISTIAN
mardi 18 juillet 2023	
<p align="center">VOIE DU TACOT GILLEY Circuit 48 Kms Dénivelé de 390 m Gilley, La Chaux de gilley, Bugny, La Vrine, Vuillecin, Pontarlier, Doubs, retour voie du tacot Repas tiré du sac</p> <p align="center">RDV 9H Parking Mallarmé</p>	MICHEL CHRISTIAN
mardi 25 juillet 2023	
<p align="center">BOUCLE DES TUNNELS DE CONLIEGE Circuit de 42 kms Dénivelé de 530m Voiteur, Abbaye de Baumes les Messieurs, Crançot, Vevy voie verte tunnels, Conliege, Lons le Saunier, Pannessière, Voiteur Repas tiré du sac</p> <p align="center">RDV 9H Parking Cimetière Beure</p>	MICHEL CHRISTIAN
AOUT	
mardi 1 août 2023	
<p align="center">VOIE DU TACOT CLERON Circuit de 46 Kms Dénivelé de 620 m Hopital du grosbois, Charbonnieres-les-sapins, Bonnevaux le prieuré, Ornans, Cleron, Scey en Varais, Notre Dame du Chêne Retour voie du tacot Repas table hôtes Clèron</p> <p align="center">RDV 9H Gare Hopital du grosbois</p>	MICHEL CHRISTIAN
mardi 8 août 2023	
<p align="center"><u>ARBOIS BESANCON</u> Circuit de 52km Denivelé de 400m Arbois, Villette les arbois, Villeneuve d'aval, Ecleux, Arc et Senans, Liesle, Fourg, Petit villars, Villars st georges, Osselle retour velo route Repas tiré du sac</p> <p align="center">RDV Gare viotte 8h45</p>	MICHEL CHRISTIAN
mardi 15 août 2023	Féié

mardi 22 août 2023	
BOUCLE CUL DES PRES	
Circuit de 49 kms dénivelé de 450m Cul des prés, Port Arthur, Chalèze, Vaire le grand, Laissey, Petit roulans, Vennans, Pouligney luisans, Chatillon-guyotte, Marchaux, Braillans, Foret de Chailluz, Cul des prés Repas tiré du sac RDV 9H Parking du cul des prés	
	MICHEL CHRISTIAN
mardi 29 août 2023	
BOUCLE DEVECEY	
Circuit de 52 kms dénivelé de 505 m Devecey, Moncey, Traitiefontaine, Montarlot, Rioz, Boulton, Boulton, Cussey sur l'ognon, Geneuille, Chevroz, Devecey Repas tiré du sac RDV 9H Parking Super U Devecey	
	MICHEL CHRISTIAN
SEPTEMBRE	
mardi 5 septembre 2023	
BOUCLE LA VEZE	
Circuit de 41 kms - dénivelé de 565 m La Vèze - Mérey-sous-Montrond - Malbrans - Foucherans - Trépot - Mamirolle - Le Gratteris - Les Cloutiers - La Vieille Baraque - Le Bois d'Aglans - La Vèze - RDV 13H30 Parking église de LA VEZE	
	DOMINIQUE
mardi 12 septembre 2023	Séjour RSBT VTC/Randonnée
SEJOUR 1000 ETANGS	
mardi 19 septembre 2023	
BOUCLE ECOLE	
Circuit de 43 kms - dénivelé de 433 m Ecole - Miserey - Pelousey - Noironne - Recologne - Franey - Lavernay - Corcelles - Corcondray - Villers-Buzon - Mazerolles - Vaux-les-Prés - Chemaudin - Franois - Pouilley - Miserey - Ecole RDV 13h30 parking du CAL (Centre d'Activités et de Loisirs) à Ecole-Valentin (de suite à G après le MacDo) disque de stationnement obligatoire ou parking navette SNCF à 100 m	
	JACQUES
mardi 26 septembre 2023	
BOUCLE CHALEZE	
Circuit de 39 kms - dénivelé de 413 m Chalèze - véloroute - Laissey - Roulans - Vesnans - Pouligney - Chatillon-Guyotte - Marchaux - Braillans - Thise - Chalèze RDV 13h30 parking à droite après le pont de Chalèze	
	DOMINIQUE

COORDONNEES DES ANIMATEURS VTC

Michel VERMOT DESROCHES	06 75 12 99 79
Christian HERTEN	06 84 14 58 90

ACTIVITE CYCLO-VELO DOUBS

LES SORTIES AURONT LIEU LES VENDREDIS APRES-MIDI. LES HEURES ET LIEUX DE RDV VOUS SERONT COMMUNIQUEES PAR CHRISTIAN HERTEN A CHAQUE SORTIE VIA MESSAGERIE AVEC PRECISION DU CIRCUIT (DIRECTION ET KILOMETRAGE)

COORDONNEES ANIMATEUR CYCLO VELO DOUBS

Christian HERTEN	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.



JUILLET-AOUT-SEPTEMBRE 2023



ACTIVITES GYMNiques ET DANSE

vacances scolaires : du samedi 8 juillet au dimanche 3 septembre 2023 inclus

La date de reprise des activités sera communiquée courant septembre ainsi que les horaires des différentes activités

GYMNASE RESAL

Parking 11 rue Pierre Sémard à Besançon

Danse en ligne : vendredi à 9h00

Gym active : lundi à 9h30 - vendredi à 10h00

Gym douce (GMF) : lundi à 10h30 - vendredi à 11h00

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 individuels d'inscriptions de début de saison (lundi ou vendredi, gym active ou douce OU danse)
- * et d'avoir déjà pratiqué la gymnastique pour participer valablement aux séances de « gym active ».

Coordonnées des animateurs :

Claudine COQUILLARD - 06 76 62 54 99 (gymnastique)
Claude GONNOT - 09 67 12 69 50 - 06 77 81 57 88 (gymnastique)
Gilles MARCHAL - 03 81 51 03 27 - 06 85 83 22 66 (gymnastique)
Joël FAVROT - 06 52 62 05 03 (gymnastique) : **en formation**

Jean SERIO - 07 83 07 74 53 (danse)

**En cas d'appel à faire d'urgence : 15 ou ...
112 sans crédit téléphonique avec n'importe quel opérateur européen.**



JUILLET - AOUT - SEPTEMBRE 2023

MARCHE NORDIQUE

VACANCES SCOLAIRES :

du samedi 08 juillet au dimanche 03 septembre 2023 inclus



Echauffements à 9h 25

Départ à 9h 30

LUNDI		MERCREDI	
3-juil	TILLEROYES	5-juil	TILLEROYES
10-juil	CHAILLUZ	12-juil	CHAILLUZ
17-juil	BELLE - ETOILE	19-juil	BELLE - ETOILE
24-juil	BREGILLE	26-juil	BREGILLE
31-juil	TILLEROYES	2-août	TILLEROYES
7-août	CHAILLUZ	9-août	CHAILLUZ
14-août	BELLE - ETOILE	16-août	BELLE - ETOILE
21-août	BREGILLE	23-août	BREGILLE
28-août	TILLEROYES	30-août	TILLEROYES
4-sept	CHAILLUZ	6-sept	CHAILLUZ
11-sept	BELLE - ETOILE	13-sept	BELLE - ETOILE
18-sept	BREGILLE	20-sept	BREGILLE
25-sept	TILLEROYES	27-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.

Coordonnées des animateurs

Monique BELIARD (mercredi) - 03 70 20 40 70 - 06 42 03 83 37
 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
 Dominique PETOT (lundi & mercredi) - 03 81 41 10 23 - 06 95 84 91 02

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

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.



JUILLET - AOUT - SEPTEMBRE 2023

PETANQUE



vacances scolaires :
du samedi 08 juillet au dimanche 03 septembre 2023 inclus

Les absences de Jean-Pierre seront indiquées sur le fichier des inscriptions

MERCI DE VOUS MUNIR DE VOS BOULES DE PETANQUE

IMPERATIE : S'inscrire préalablement sur le fichier d'inscription ("espace adhérents" du site rsbt25.fr)

TERRAIN DU ROSEMONT

EN CAS DE MAUVAIS TEMPS : ACTIVITE dans le BOULODROME moyennant une cotisation annuelle de 10 euros

(cotisation due par année civile pour pouvoir bénéficier du boulodrome - à régler à l'animateur)

tous les MERCREDIS de 14h à 16h

PS : merci de vous présenter à 13h45 pour permettre l'échauffement et à l'animateur de présenter les groupes formés

Coordonnées de l'animateur :

Jean-Pierre COPPOLA - 03 81 51 23 42
06 80 25 37 56

**En cas d'appel à faire d'urgence : 15 ou ...
112 sans crédit téléphonique avec n'importe quel opérateur européen.**



JUILLET - AOÛT - SEPTEMBRE 2023

RANDONNEES

VACANCES SCOLAIRES (programmation réduite) :
du samedi 08 juillet au dimanche 03 septembre 2023 inclus



Informations importantes :

- 1/ Ne pas oublier de vous inscrire préalablement à chaque randonnée à la "Une" du site rsbt.25.fr
- 2 / Lors de chaque randonnée, vous munir obligatoirement de la carte d'adhérent du Club, et du Passeport Santé FFRS (indiquant la personne à contacter en cas de nécessité). Merci.

IMPORTANT

Co-voiturage à l'initiative et sous la responsabilité de chaque conducteur - les RDV sont maintenant fixés au Parking Mallarmé. Ceux qui souhaitent se rendre directement sur le lieu de la randonnée devront contacter l'animateur afin de l'aviser et connaître le lieu de rdv et l'heure de départ de la rando.

Code-couleurs des niveaux de difficulté :

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.		
Randonnées faciles à moyennes.		
Randonnées moyennes à difficiles.		
JUILLET		
jeudi 6 juillet 2023		
Facile CESSEY Env. 10 kms - D + 280 m RDV : parking Mallarmé pour covoiturage - départ 13h30 (A/R 60 kms)		Patrick
Difficile NAISEY-LES-GRANGES Env. 18 kms - D + 390 m RDV : parking Mallarmé pour covoiturage - départ 8h00 (A/R 45 kms)		Patrice
sortie à la journée - repas tiré du sac		
jeudi 13 juillet 2023		
Moyenne SANCEY-LE-LONG Env. 13 kms - D + 350 m RDV : parking Mallarmé pour covoiturage - départ 9h00 (A/R 105 kms)		Guy
Difficile CREUX-DU-VAN - Le Soliat (SUISSE) Env. 14 kms - D + 525 m RDV : parking Mallarmé pour covoiturage - départ 7h30 (A/R 200 kms)		Jacques
sortie à la journée - repas tiré du sac - pièce d'identité obligatoire		
jeudi 20 juillet 2023		
Moyenne LES GRANGES-DESSUS - Chapelle de l'Espérance, Belvédère de la Fauconnière Env. 12,5 kms - D + 270 m RDV : parking Mallarmé pour covoiturage - départ 9h00 (A/R 120 kms)		Dominique D.
Difficile - VAUFREY - La Vallée du Doubs Env. 16 kms - D + 400 m RDV : parking CC Carrefour Chalezeule pour covoiturage - départ 8h00 (A/R 180 kms)		Christian H.
sortie à la journée - repas tiré du sac		
Guy		

jeudi 27 juillet 2023	
<p>Moyenne MONTGESOYE - Le Mont Env. 13 kms - D + 400 m RDV : parking Mallarmé pour covoiturage - départ 9h00 (A/R 60 kms) <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i></p>	Jean-Louis
<p>Difficile VEVEY (SUISSE) La Cape aux Moines Env. 12 kms - D + 600 m RDV : parking Mallarmé pour covoiturage - départ 7h00 (A/R 300 kms) <i>sortie à la journée repas tiré du sac - pièce d'identité + VIGNETTE SUISSE obligatoires</i></p>	Jojo Jacques
AOÛT	
jeudi 3 août 2023	
<p>Moyenne VAL DE CUSANCE Env. 13,2 kms - D + 480 m RDV : parking Mallarmé pour covoiturage - départ 8h30 (A/R 90 kms) <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i></p>	Jean-Pierre
<p>Difficile LES BRESEUX - La Roche de Bourbet et Grotte de Waroly Env. 21 kms - D + 500 m RDV : parking Mallarmé pour covoiturage - départ 8h00 (A/R 160 kms) <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i></p>	Guy Gilles
jeudi 10 août 2023	
<p>Facile MARTINVAUX - Belvédère des Aigles, Puits de la Doye Env. 8 kms - D + 185 m RDV : parking Mallarmé pour covoiturage - départ 10h00 (A/R 95 kms) <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i></p>	Christian S./ Dominique D.
<p>Difficile BUCEY LES GY Env. 17 kms - D + 370 m RDV : parking Mallarmé pour covoiturage - départ 8h30 (A/R 70 kms) <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i></p>	Dominique Charbonnier Jean-Pierre
jeudi 17 août 2023	
<p>Facile PORT-LESNEY - Chapelle de Lorette Env. 7,5 kms - D + 165 m RDV : parking Mallarmé pour covoiturage - départ 13h30 (A/R 80 kms)</p>	Christian S./ Jojo
<p>Difficile Tour des AIGUILLES DE BAULMES (SUISSE) Env. 13,5 kms - D + 500 m RDV : parking Mallarmé pour covoiturage - départ 8h00 (A/R 170 kms) <i>sortie à la journée - repas tiré du sac - pièce d'identité obligatoire</i></p>	Jacques Dominique D.
jeudi 24 août 2023	
<p>Facile LES FOURGS - Les Trois Pierres Env. 13 kms - D + 200 m RDV : parking Mallarmé pour covoiturage - départ 8h30 (A/R 140 kms) <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i></p>	Jean-Louis
<p>Difficile PREMANON - LE Mont Fier Env. 16 kms - D + 600 m RDV : parking Mallarmé pour covoiturage - départ 7h30 (A/R 215 kms) <i>Sortie à la journée - repas tiré du sac</i></p>	Jojo Gilles

jeudi 31 août 2023		
Moyenne MAICHE - Le Faux Verger Env. 13 kms - D + 360 m RDV : parking Mallarmé pour covoiturage - départ 9h00 (A/R 160 kms) <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i>		Guy
Difficile LE SUCHET par la Roche Marquée (SUISSE) Env. 15 kms - D + 600 m RDV : parking Mallarmé pour covoiturage - départ 8h00 (A/R 180 kms) <i>Sortie à la journée - repas tiré du sac - pièce d'identité obligatoire</i>		Thierry Jean-Pierre
SEPTEMBRE		
jeudi 7 septembre 2023		
Moyenne CROSEY-LE-PETIT - Le Maquis de Surfer Env. 14 kms - D + 300 m RDV : parking CC Carrefour pour covoiturage - Départ 8h30 (A/R 90 kms) <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i>		Christian H.
Difficile LE TOUR DE LA DOLE (Suisse) depuis le Col de la Givrine Env. 15 kms - D + 635 m RDV : parking Mallarmé pour covoiturage - départ 7h00 (A/R 230 kms) <i>sortie à la journée - repas tiré du sac - pièce d'identité obligatoire</i>		Jacques Patrice
lundi 11 septembre 2023		
Facile VERRIERE-du-GROBOIS Env. 10 kms - D + 100 m RDV : parking Mallarmé pour covoiturage - Départ 13h30 (A/R 70 kms)		Patrick
jeudi 14 septembre 2023		
Moyenne LORAY - La Chapelle Ste Radegonde et Roche Barchey Env. 10 kms - D + 270 m RDV : parking Mallarmé pour covoiturage - départ 10h00 (A/R 95 kms) <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i>		Dominique D.
Difficile SALINS Env. 18 kms - D + 720 m RDV : parking Mallarmé pour covoiturage - départ 8h30 (A/R 80 kms) <i>Sortie à la journée - repas tiré du sac</i>		Gilles Thierry
lundi 18 septembre 2023		
Facile BRUSSEY Env. 8,5 kms - D + 130 m RDV : parking Mallarmé pour covoiturage - départ 13h30 (A/R 60 kms)		Patrice
jeudi 21 septembre 2023		
Moyenne ARBOIS - Le Cirque du Fer à Cheval Env. 13 kms - D + 290 m RDV : parking Mallarmé pour covoiturage - Départ 8h30 (A/R 100 kms) <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i>		Jean-Pierre
Difficile VAUCLUSE - Reculée du Cul de Vau, Château de l'Hermitage Env. 14 kms - D + 500 m RDV : parking Mallarmé pour covoiturage - départ 8h00 (A/R 130 kms) <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i>		Christian S. Dominique D.

lundi 25 septembre 2023		
Facile NOIRONTE - Les Etangs Env. 8 kms - D + 80 m RDV : parking Mallarmé pour covoiturage - départ 13h30 (A/R 30 kms)		Jean-Louis
jeudi 28 septembre 2023		
Moyenne CUSSEY-SUR-LISON Env. 12 kms - D + 250 m RDV : parking Mallarmé pour covoiturage - départ 09h00 (A/R 60 kms) <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i>		Patrice
Difficile LA CHAUX-DU-DOBIEF - PIC DE L'AIGLE Env. 18 kms - D + 520 m RDV : parking Mallarmé pour covoiturage - départ 7h30 (A/R 170 kms) <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i>		Lizzie Patrick

COORDONNEES DES ANIMATEURS

Georges ANDREY		03 81 50 82 12	06 79 03 52 86
Jean-Louis BELIN			06 78 55 08 48
Elisabeth CANO			06 77 37 46 95
Dominique CHARBONNIER			06 83 60 31 90
Thierry CHOPPE		03 81 60 24 32	06 58 47 95 71
Jean-Pierre COPPOLA		03 81 51 23 42	06 80 25 37 56
Dominique DUFFING		03 81 52 34 84	07 87 58 10 18
Christian HERTEN			06 84 14 58 90
Gérard LOYE		03 81 50 25 97	06 18 08 32 74
Patrick MANGEAT		03 63 42 92 54	07 78 47 49 11
Gilles MARCHAL		03 81 51 03 27	06 85 83 22 66
Patrice MARION			06 75 09 80 08
Bernard MIRA		03 81 50 70 60	06 79 63 45 30
Jacques RIGOLOT		03 81 80 46 50	06 81 97 51 65
Guy ROY			06 77 80 16 43

En formation

Christian SALVI			07 87 70 31 22
-----------------	--	--	----------------

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.

ACTIVITES CYCLISTES

VACANCES SCOLAIRES

TOUSSAINT : du samedi 21 octobre au dimanche 05 novembre 2023 inclus

NOEL : du samedi 23 décembre au dimanche 07 janvier 2024 inclus

Lors de chaque sortie, vous munir obligatoirement de la carte d'adhérent du Club avec le PASSE SANITAIRE FFRS (indiquant la personne à prévenir en cas de nécessité). Merci.

ACTIVITE CYCLO-ROUTE

IL N'Y A PAS DE PROGRAMME DEFINI POUR OCTOBRE, NOVEMBRE ET DECEMBRE
CHAQUE SORTIE FERA L'OBJET D'UN AVERTISSEMENT PAR MAIL DEUX JOURS AVANT OU LA VEILLE

POUR LES MARDIS : LES DEPARTS SE FERONT A LA DEMI-JOURNEE OU A LA JOURNEE

CONCERNANT LES SAMEDIS : RDV à 09h00 au Stade de la Malcombe pour un petit circuit de 2 à 3h

DES QUE LES BASES TEMPERATURES SERONT INSTALLEES DURABLEMENT, LES SORTIES VELO ET VTC SERONT EN SOMMEIL JUSQU'AU PRINTEMPS



Co-voiturage à l'initiative et sous la responsabilité de chaque conducteur

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.

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
Pascal JEUNOT			06 27 82 62 67

En formation

ACTIVITE VTC (Groupes 1 et 2)

**IL N'Y A PAS DE PROGRAMME DEFINI POUR OCTOBRE, NOVEMBRE ET DECEMBRE
CHAQUE SORTIE FERA L'OBJET D'UN AVERTISSEMENT PAR MAIL**



COORDONNEES DES ANIMATEURS CYCLO VTC

Monique BELIARD	VTC 1	06 42 03 83 37
Michel VERMOT-DESROCHES	VTC 2	06 75 12 99 79
Christian HERTEN	VTC 2	06 84 14 58 90

ACTIVITE VELO DOUBS

**LES SORTIES AURONT LIEU LES VENDREDIS APRES-MIDI. LES HEURES ET LIEUX DE RDV VOUS
COMMUNIQUEES PAR CHRISTIAN HERTEN A CHAQUE SORTIE VIA MESSAGERIE AVEC PRECISION
DU CIRCUIT (DIRECTION ET KILOMETRAGE)**

COORDONNEES DES ANIMATEURS VELO DOUBS

Christian HERTEN		06 84 14 58 90
-------------------------	--	-----------------------

Excellent automne 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.



OCTOBRE - NOVEMBRE - DECEMBRE 2023



ACTIVITES GYMNQUES, DANSE, QI GONG

PAS D'ACTIVITES pendant les vacances scolaires :
TOUSSAINT : du samedi 21 octobre au dimanche 05 novembre 2023 inclus
NOEL : du samedi 23 décembre au dimanche 07 janvier 2024 inclus

GYMNASE RESAL

Parking 11 rue Pierre Sémard à Besançon

LUNDI

Qi Gong : de 8h45 à 9h55

Gym douce : de 10h à 10h45

Gym active : de 11h à 11h45

VENDREDI

Danse : de 8h45 à 9h45

Gym active : de 10h à 10h45

Gym douce : de 11h à 11h45

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

* veiller à respecter ses choix individuels d'inscriptions de début de saison (lundi ou vendredi : gym active, douce, danse, Qi Gong)

* et d'avoir déjà pratiqué la gymnastique pour participer valablement aux séances de « gym active ».

Coordonnées des animateurs :

Claudine COQUILLARD - 06 76 62 54 99 (gymnastique)

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

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

Joël FAVROT - 06 52 62 05 03 (gymnastique) : **en formation**

Jean SERIO - 07 83 07 74 53 (danse)

Patrick PLESIAT - 06 48 37 50 83 (Qi Gong)

**En cas d'appel à faire d'urgence : 15 ou ...
112 sans crédit téléphonique avec n'importe quel opérateur européen.**

MARCHES DOUCES

OCTOBRE - NOVEMBRE - DECEMBRE 2023

**Pas d'activités pendant les vacances scolaires :
du samedi 21 octobre au dimanche 05 novembre 2023 inclus
du samedi 23 décembre au dimanche 07 janvier 2024 inclus**



Informations importantes :

- 1/ Ne pas oublier de vous inscrire préalablement à chaque randonnée à la "Une" du site rsbt.25.fr
- 2 / Lors de chaque randonnée, vous munir obligatoirement de la carte d'adhérent du Club, et du Passeport Santé FFRS (indiquant la personne à contacter en cas de nécessité). Merci.

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.

OCTOBRE

lundi 2 octobre 2023

FRANEY - La Fontaine de Vauchon

RDV : parking Mallarmé en dessous de la piscine pour co-voiturage - départ 13h30

Gérard LOYE

jeudi 5 octobre 2023	
lundi 9 octobre 2023	
Circuit Patrimoine MONTROND-LE-CHÂTEAU	
RDV : parking Mallarmé en dessous de la piscine pour co-voiturage - départ 13h30	Patrice MARION
jeudi 12 octobre 2023	
lundi 16 octobre 2023	
Déambulation autour des VAITES	
RDV : Arrêt du Tram Tristan Bernard (T1 direction Chalezeule) - 14h	Christian HERTEN
jeudi 19 octobre 2023	
lundi 23 octobre 2023	congés scolaires
jeudi 26 octobre 2023	congés scolaires
lundi 30 octobre 2023	congés scolaires
NOVEMBRE	
jeudi 2 novembre 2023	congés scolaires
lundi 6 novembre 2023	
Balade à SAINT-FERJEUX	
RDV : Parking du Cimetière face à la Basilique - 14h	Patrick MANGEAT

jeudi 9 novembre 2023

jeudi 9 novembre 2023	

lundi 13 novembre 2023	
<p style="text-align: center;">Balade à BREGILLE</p> <p style="text-align: center;">RDV : Fort de Brégille - 14h</p>	Gilles MARCHAL
jeudi 16 novembre 2023	
lundi 20 novembre 2023	
<p style="text-align: center;">Balade à CHAILLUZ</p> <p style="text-align: center;">RDV : parking Les Grandes Baraques - 14h</p>	Jean-Pierre COPPOLA
jeudi 23 novembre 2023	
lundi 27 novembre 2023	
<p style="text-align: center;">Balade aux MONTBOUCONS</p> <p style="text-align: center;">RDV : Ecole Primaire - 35 Chemin des Montboucons à Besançon - 14h</p>	Patrick MANGEAT
jeudi 30 novembre 2023	
DECEMBRE	
lundi 4 décembre 2023	
de PLANOISE à AVANNE	Elisabeth CANO

RDV : IRTS Planoise (Centre de Formation) 1 rue Alfred de Vigny - 14h		
jeudi 7 décembre 2023		
lundi 11 décembre 2023		
Balade à CHEMAUDIN		
RDV : Stade de Chemaudin - 14h		Georges ANDREY
jeudi 14 décembre 2023		
lundi 18 décembre 2023		
VELOTTE - LA ROCHE D'OR		
RDV : Stade de Velotte - 14h		Gérard LOYE
jeudi 21 décembre 2023		
lundi 25 décembre 2023	congés scolaires	
jeudi 28 décembre 2023	congés scolaires	

COORDONNEES DES ANIMATEURS

Françoise CHAMAGNE (RSGB)		03 81 25 39 54	06 77 46 28 97
Claude GADY (RSGB)		03 81 51 46 38	06 72 56 52 26
Gilbert VOLCKMANN (RSGB)		09 50 95 95 73	06 84 18 43 93
Georges ANDREY		03 81 50 82 12	06 79 03 52 86
Elisabeth CANO			
Jean-Pierre COPPOLA		03 81 51 23 42	06 80 25 37 56
Christian HERTEN			06 84 14 58 90
Gérard LOYE		03 81 50 25 97	06 18 08 32 74
Patrick MANGEAT		03 63 42 92 54	07 78 47 49 11
Gilles MARCHAL		03 81 51 03 27	06 85 83 22 66

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.

MARCHE NORDIQUE

VACANCES SCOLAIRES :

Toussaint : du samedi 21 octobre au dimanche 05 novembre 2023 inclus

Noël : du samedi 23 décembre au dimanche 07 janvier 2024 inclus



Echauffements à 9h 25

Départ à 9h 30

LUNDI		MERCREDI	
2-oct	CHAILLUZ	4-oct	CHAILLUZ
9-oct	BELLE - ETOILE	11-oct	BELLE - ETOILE
16-oct	BREGILLE	18-oct	BREGILLE
23-oct	TILLEROYES	25-oct	TILLEROYES
30-oct	CHAILLUZ	1-nov	CHAILLUZ
6-nov	BELLE - ETOILE	8-nov	BELLE - ETOILE
13-nov	BREGILLE	15-nov	BREGILLE
20-nov	TILLEROYES	22-nov	TILLEROYES
27-nov	CHAILLUZ	29-nov	CHAILLUZ
4-déc	BELLE - ETOILE	6-déc	BELLE - ETOILE
11-déc	BREGILLE	13-déc	BREGILLE
18-déc	TILLEROYES	20-déc	TILLEROYES
25-déc	PAS DE SEANCE	27-déc	CHAILLUZ

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 terminus des bus Chemin du Sanatorium
CHAILLUZ	Parking du réservoir des Relançons.

Coordonnées des animateurs

Monique BELIARD (mercredi) - 03 70 20 40 70 - 06 42 03 83 37
 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
 Dominique PETOT (lundi & mercredi) - 03 81 41 10 23 - 06 95 84 91 02

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

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.

OCTOBRE - NOVEMBRE - DECEMBRE 2023



VACANCES SCOLAIRES

Toussaint : du samedi 21 octobre au dimanche 05 novembre 2023 inclus

Noël : du samedi 23 décembre au dimanche 07 janvier 2024 inclus

RANDONNEES



Informations importantes :

1/ Ne pas oublier de vous inscrire préalablement à chaque randonnée à la "Une" du site rsbt.25.fr

2 / Lors de chaque randonnée, vous munir obligatoirement de la carte d'adhérent du Club, et du Passeport Santé FFRS (indiquant la personne à contacter en cas de nécessité). Merci.

IMPORTANT

Co-voiturage à l'initiative et sous la responsabilité de chaque conducteur - les RDV sont maintenant fixés au Parking Mallarmé (en dessous de la piscine). Ceux qui souhaitent se rendre directement sur le lieu de la randonnée devront contacter l'animateur afin de l'aviser et connaître le lieu de rdv et l'heure de départ de la rando.

ATTENTION : Les modifications ET annulations de randonnées en cours de trimestre se feront **UNIQUEMENT** sur le **fichier des inscriptions**. Les modifications ne seront plus faites sur le planning en cours de trimestre. Nous vous invitons donc à consulter régulièrement ce fichier des inscriptions.

Code-couleurs des niveaux de difficulté :

Marches douces – environ 5/6 kms, faibles dénivelés (**planning séparé**)
Activité mutualisée pour les adhérents des clubs bisontins de la Retraite Sportive.

Randonnées faciles à moyennes.

Randonnées moyennes à difficiles.

OCTOBRE

lundi 2 octobre 2023

Facile
LES AUXONS

Env. 10 kms - D + 80 m

RDV : Parking Mallarmé pour co-voiturage - **départ 13h45** (A/R 25 kms)

Thierry

jeudi 5 octobre 2023

Facile
TRESILLEY

Env 14 kms - D + 220 m

RDV : Parking Mallarmé pour co-voiturage - **départ 9h00** (A/R 50 kms)

sortie à la journée - repas tiré du sac

Jean-Louis

Difficile

MAICHE - Le Rocher du Bourbey

Env. 21 kms - D + 500 m

RDV : Parking Mallarmé pour co-voiturage - **départ 7h30** (A/R 160 kms)

Guy

Jean-Pierre

sortie à la journée - repas tiré du sac- (prévoir lampe frontale pour grotte)

lundi 9 octobre 2023

Facile
GUYANS-DURNES

Env. 6,6 kms - D + 130 m

RDV : Parking Mallarmé pour co-voiturage - **départ 13h30** (A/R 60 kms)

Guy

jeudi 12 octobre 2023		
JOURNEE D'INTEGRATION DU CLUB		
RDV à 9h00 - SALLE DE LA MALCOMBE		
lundi 16 octobre 2023		
Moyenne CHAMPLIVE - Sentier des Crêtes Env. 9 kms - D + 220 m		
RDV : Parking Mallarmé pour co-voiturage - départ 13h30 (A/R 50 kms)		Patrick
jeudi 19 octobre 2023		
Facile LAISSEY - OUGNEY Env. 10 kms - D + 50 m		
RDV : Parking Mallarmé pour co-voiturage - départ 13h30 (A/R 45 kms)		Gérard
Difficile CHENECEY-BUILLON - des creux, des gouffres et des bosses Env. 17 kms - D + 400 m		
RDV : Parking Mallarmé pour co-voiturage - départ 8h30 (A/R 32 kms)		Dominique C.
<i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i>		Jean-Pierre
lundi 23 octobre 2023		
Facile CHASSAGNE-ST-DENIS - le château, les belvédères de Barmaux et du Chanet Env. 9,5 kms - D + 120 m		
RDV : Parking Mallarmé pour co-voiturage - départ 13h30 (A/R 50 kms)		Christian S. / Thierry
jeudi 26 octobre 2023		
Facile BY - Belvédère de Ronchoux Env. 12 kms - D + 260 m		
RDV : Parking Mallarmé pour co-voiturage - départ 9h30 (A/R 65 kms)		Dominique D.
<i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i>		
Difficile Circuit sur le MONT D'OR Env. 14 kms - D + 500 m		
RDV : Parking Mallarmé pour co-voiturage - départ 8h00 (A/R 170 kms)		Jacques
<i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i>		
lundi 30 octobre 2023		
Moyenne PUGEY - ARGUEL - LA MALTOURNEE Env. 10 kms - D + 250 m		
RDV : Parking Mallarmé pour co-voiturage - départ 13h30 (A/R 25 kms)		Christian H.
NOVEMBRE		
jeudi 2 novembre 2023		
Facile HYET Env. 13 kms - D + 200 m		
RDV : Parking Mallarmé pour co-voiturage - départ 9h30 (A/R 55 kms)		Jean-Louis
<i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i>		
Difficile JOUGNE - La Jougnena (passage pas la Combe Dessus) Env. 17,8 kms - D + 640 m		
RDV : Parking Mallarmé pour co-voiturage - départ 7h30 (A/R 160 kms)		Christian S.
<i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i>		Jean-Pierre

lundi 6 novembre 2023		
Moyenne Patrimoines et panoramas entre PAGNOZ et MARNOZ Env. 10 kms - D + 250 m RDV : Parking Mallarmé pour co-voiturage - départ 13h30 (A/R 76 kms)		Lizzie
jeudi 9 novembre 2023		
Moyenne BYANS - Le Château du Marquis Env. 13,5 kms - D + 350 m RDV : Parking Mallarmé pour co-voiturage - départ 10h00 (A/R 50 kms) <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i>		Christian H
Difficile TOUR-DE-SCEY Env. 15 kms - D + 500 m RDV : Parking Mallarmé pour co-voiturage - départ 9h00 (A/R 60 kms) <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i>		Thierry Jean-Pierre
lundi 13 novembre 2023		
Moyenne SORNAY - balade autour de Sornay Env. 10 kms - D + 100 m RDV : Parking Mallarmé pour co-voiturage - départ 12h45 (A/R 45 kms)		Jean-Pierre
jeudi 16 novembre 2023		
Facile FOUCHERANS - TREPOT Env. 10 kms - D + 110 m RDV : Parking Mallarmé pour co-voiturage - départ 13h30 (A/R 50 kms)		Gérard
Difficile ORNANS - La Bonneille Env. 15 kms - D + 300 m RDV : Parking Mallarmé pour co-voiturage - départ 8h30 (A/R 60 kms) <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i>		Patrice Patrick
lundi 20 novembre 2023		
Facile MONTFAUCON Env. 10 kms - D + 180 m RDV : Parking Mallarmé pour co-voiturage - départ 13h30 (A/R 16 kms)		Dominique D
jeudi 23 novembre 2023		
Moyenne La Reculée de CUSSEY-SUR-LISON Env. 12,5 kms - D + 290 m RDV : Parking Mallarmé pour co-voiturage - départ 10h00 (A/R 60 kms) <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i>		Jean-Pierre
Difficile VRIANGE - La Grotte de l'Ermitage Env. 15 kms - D + 450 m RDV : Parking Mallarmé pour co-voiturage - départ 8h30 (A/R 76 kms) <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i>		Jojo Dominique C
lundi 27 novembre 2023		
Moyenne FRETIGNEY - Grotte de la Baume Noire Env. 10 kms - D + 265 m RDV : Parking Mallarmé pour co-voiturage - départ 13h00 (A/R 75 kms)		Patrice

jeudi 30 novembre 2023		
<p style="text-align: center;">Moyenne PASSONFONTAINE - Etang du Barchet Env. 13 kms - D + 150 m RDV : Parking Mallarmé pour co-voiturage - départ 9h00 (A/R 80 kms) <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i></p>		Lizzie
<p style="text-align: center;">Difficile TOUR DU LAC SAINT-POINT Env. 19 kms - D + 300 m RDV : Parking Mallarmé pour co-voiturage - départ 8h00 (A/R 140 kms) <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i></p>		Jacques Christian S.
DECEMBRE		
lundi 4 décembre 2023		
<p style="text-align: center;">Moyenne VALDAHON - Le Bois des Epesses Env. 9 kms - D + 230 m RDV : Parking Mallarmé pour co-voiturage - départ 13h30 (A/R 80 kms)</p>		Jojo
jeudi 7 décembre 2023		
<p style="text-align: center;">Facile VERRIERES-DU-GROSBOIS (Etalans) Env. 10 kms - D + 100 m RDV : Parking Mallarmé pour co-voiturage - départ 13h00 (A/R 70 kms)</p>		Patrick
<p style="text-align: center;">Difficile IVREY - Le Mont Poupet Env. 11 kms - D + 450 m RDV : Parking Mallarmé pour co-voiturage - départ 8h30 (A/R 80 kms) <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i></p>		Patrice Gilles
lundi 11 décembre 2023		
<p style="text-align: center;">Moyenne BAUME-LES-DAMES Env. 8,7 kms - D + 280 m RDV : Parking cc CARREFOUR Chalezeule pour co-voiturage - départ 13h15 (A/R 60 kms)</p>		Christian H
jeudi 14 décembre 2023		
<p style="text-align: center;">Facile Le Bois de BRUSSEY Env. 8 kms - D + 130 m RDV : Parking Mallarmé pour co-voiturage - départ 13h30 (A/R 40 kms)</p>		Patrick
<p style="text-align: center;">Difficile ORNANS - La Combe Chiray, la Roche des Pins, Notre-Dame du Mont Env. 14 kms - D + 280 m RDV : Parking Mallarmé pour co-voiturage - départ 9h00 (A/R 60 kms) <i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i></p>		Christian S. Thierry

lundi 18 décembre 2023		
Facile LANTERNE-VERTIERE Env. 7 kms - D + 110 m RDV : Parking Mallarmé pour co-voiturage - départ 13h30 (A/R 50 kms)		Jean-Louis
jeudi 21 décembre 2023		
Facile CUSSEY - GENEUILLE Env. 11 kms - D + 80 m RDV : Parking Mallarmé pour co-voiturage - départ 13h30 (A/R 40 kms)		Gérard
Difficile CRET-MONNIOT Env. 12 kms - D + 380 m RDV : Parking Mallarmé pour co-voiturage - départ 9h00 (A/R 100 kms)		Guy Jojo
<i>sortie à la journée - repas tiré du sac</i>		
lundi 25 décembre 2023		vacances scolaires
jeudi 28 décembre 2023		vacances scolaires

COORDONNEES DES ANIMATEURS

Georges ANDREY		03 81 50 82 12	06 79 03 52 86
Jean-Louis BELIN			06 78 55 08 48
Elisabeth CANO			06 77 37 46 95
Dominique CHARBONNIER			06 83 60 31 90
Thierry CHOPPE		03 81 60 24 32	06 58 47 95 71
Jean-Pierre COPPOLA		03 81 51 23 42	06 80 25 37 56
Dominique DUFFING		03 81 52 34 84	07 87 58 10 18
Christian HERTEN			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
Patrice MARION			06 75 09 80 08
Patrick MANGEAT			07 78 47 49 11
Bernard MIRA		03 81 50 70 60	06 79 63 45 30
Jacques RIGOLOT		03 81 80 46 50	06 81 97 51 65
Guy ROY			06 77 80 16 43

En formation

Christian SALVI			07 87 70 31 22
-----------------	--	--	----------------

Responsable planning

Jacqueline DUFFING		03 81 52 34 84	06 82 34 73 27
--------------------	--	----------------	----------------

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.