

Rappel : Aucune inscription n'est prise par téléphone ou par e.mail. Toute inscription (pour soi ou pour un autre adhérent) doit s'accompagner du paiement de l'intégralité de la manifestation (si tarif inférieur à 100€) ou du versement d'arrhes (30%).

GO SPORT **Partenariat GO SPORT Colombiers**

- 15% de remise sur l'ensemble des rayons randonnée, ski et fitness
- 15% de remise sur accessoires et textiles du rayon vélo

(hors promotions en cours, soldes et coin des affaires, et hors achat de cartes cadeaux GO SPORT et Kadéos)

Sur présentation de la carte d'adhésion et d'une pièce d'identité


Carrefour
Sérignan
 Route de Valras
 Tél. 04.67.32.61.20

ATOL **VOTRE AVANTAGE**
 Gardez l'œil sur vos privilèges

10€* de Réduction PAR TRANCHE DE **100€ D'ACHAT**

ATOL les OPTICIENS
 Centre Cial **CARREFOUR SERIGNAN**

Nous vous accueillons tous les jours de 9h00 à 19h30
 Tél. : 04.67.114.114


Partenariat Intersport Béziers

- 10% de remise sur l'univers rando (hors marque Petzl) et marche aquatique
- 10% remise sur vêtements de ski

(hors promo et soldes)
Sur présentation de la carte d'adhésion

Votre McDonald's de Sérignan vous propose:
Sa gamme de petits déjeuners tous les jours de 9h à 11h





Nos nouvelles formules
 Menu brunch 6,00€
 Duo salé 3,50€
 Duo sucré 3,00€

En vertu de l'article 27 de la loi du 6 janvier 1978, les adhérents sont avisés que les informations les concernant sont enregistrées sur support numérique. Un droit d'accès et de rectification s'exerce auprès du Siège de l'Association

Tirage limité aux non possesseurs d'internet

Réalisation : Jean-Pierre Alagon



Mensuel n°31 - février 2020

Calendrier Animations de Sérignan Loisirs



- 01 au 07 février 2020**
Séjour raquettes à Méaudre
- 07 au 14 mars 2020**
Séjour à Montlouis
- 28 avril 2020**
Rando-Restaurant
- 12 mai 2020**
Rando-Grillade à Cessenon
- 13 juin 2020**
Paella au Château Vargoz
- 25 juin au 01 juillet 2020**
Séjour rando en Andorre

Notre ambition... vous satisfaire
Faites nous part de vos attentes

Sérignan Loisirs
 Château Vargoz, rue du Pont
 34410 Sérignan
 tél : 04 67 39 79 87

E.mail: serignan.loisirs34@orange.fr
 Site : serignan-loisirs.fr

Renseignements et Inscriptions :
 Secrétariat ouvert
 vendredi de 10h00 à 12h00
 de novembre à juin

En cas d'urgence médicale, pour les activités rando, vélo et marche aquatique, un certain nombre de renseignements sont nécessaires pour les premiers secours.

Ayez toujours avec vous une fiche de renseignements dûment complétée.

Fiche à demander au secrétariat ou à télécharger sur le site

IMPORTANT

Sérignan Loisirs décline toute responsabilité en cas d'annulation d'activités sportives programmées (rando, vélo, marche aquatique) par manque d'animateur, de guide, d'encadrant ou en cas de conditions météo défavorables

SONDAGE

Etes vous intéressés par un déjeuner et après-midi dansante avec DJ pour un dimanche de printemps (tarif env. 25€)?
 Avant réservation salle, traiteur et DJ, nous souhaitons avoir votre avis.
Merci de votre réponse

Carte d'Adhésion :
22€ par an pour 1 personne,
33€ pour 1 couple

Certificat de non contre-indication recommandé pour les activités physiques (rando, marche aquatique, vélo, ski, raquettes, yoga)

Randonnées pédestres pour tous

Mardi toute la journée

Départ **9h00** parking stade Aïta

Michel Journiac :

4 février : BEDARIEUX Le Pic du TANTAJO - 15km - 500m dénivelé (**DIFFICILE**)

Michel Marsol :

11 février : SAINT GUILHEM le DESERT Le Mas Nègre - 14km - 500m dénivelé (**DIFFICILE**)

18 février : GOURGAS Le Cirque du Bout du Monde - 15km - 550m dénivelé (**DIFFICILE**)

25 février : MOUREZE Le Cirque de Mourèze et Mont Liausson - 15km - 425m dénivelé (**DIFFICILE**)



Samedi toute la journée

Départ **8h30** parking stade Aïta

Gérard Mestéjanot :

8 février : PEGAIROLLES DE L'ESCALETTE Les Falaises de l'Escalette - 17km - 835m dénivelé (**DIFFICILE**)

Michel Marsol :

22 février : COUSTORGUES Col de Fontfroide et Col du Poirier - 16km - 780m dénivelé (**DIFFICILE**)



Accompagnateurs :

Michel Journiac : 06 08 86 62 09
 Michel Marsol : 06 63 74 90 21
 Gérard Mestéjanot : 06 18 04 63 04
 Christian Pernet : 06 63 78 20 92
 Robert Salamero : 06 16 22 01 89
 J.-M. Toulouse : 06 99 01 04 24

Marche aquatique Tous les jeudis de 10h à 11h (Sérignan-Plage)
 Pour les amateurs, le groupe de Sauvian vous accueille
 le dimanche matin (même lieu, même heure)

Mardi toute la journée

Rando « loisirs »

Départ **9h00** parking stade Aïta

Christian Pernet :

4 février : CESSENON-LUGNE Le Bois des Eucalyptus - 9km - 165m dénivelé (**MOYEN**)

Michel Journiac :

11 février : LAMALOU les BAINS La Croix de BAUSSELS - 11km - 320m dénivelé (**MOYEN**)

Jean-Marie Toulouse :

18 février : LAGRASSE Notre-Dame de CARLA - 12km - 300m dénivelé (**MOYEN**)

Christian Pernet :

25 février : ROUJAN Sentier Lou Roumègaire - 14km - 260m dénivelé (**MOYEN**)



Vendredi après-midi

Départ **13h30** parking stade Aïta

Christian Pernet :

7 février : MURVIEL les BEZIERS Les Pigeonniers - 9,2km - 130m dénivelé (**MOYEN**)

14 février : CEBAZAN Saint Bauléry - 8km - 150m dénivelé (**FACILE**)

21 février : FONTES La Ceressoie - 7,5km - 193m dénivelé (**FACILE**)

28 février : CRUZY Le Défilé de CRUZY - 10km - 150m dénivelé (**FACILE**)

Suivant la météo les randonnées sont susceptibles d'être modifiées ou annulées si vigilance orange ou rouge sur le département
 Covoiturage 6€ (mardi) - 5€ (vendredi)
 Randonnée annulée si moins de 6 personnes présentes

Les procès-verbaux de l'assemblée générale extraordinaire et de l'assemblée générale ordinaire du 8 janvier 2020 seront disponibles sur le site ou consultables au secrétariat à partir du 21 février.

Conseil d'administration 2019-2020 :

Jean-Pierre Alagon
 Hafid Bengattat
 William Clottes
 Gilles Doye
 Claire Fijeau
 Anne-Marie Forest
 Michel Journiac
 Roger Lafon

Marie-Jeanne Ledoux
 Christian Pernet
 Gabriel Rastoll
 Yvan Sahuc
 Robert Salamero
 Jean Soler
 Jean-Marie Toulouse

Séjour raquettes

Du 01 au 07 février 2020
 Méaudre (Vercors)



7 jours / 6 nuits en Pension complète (vin et café non compris)

Bon séjour

Séjour Loisirs

Du 07 au 14 mars 2020
 Montlouis (Pyrénées-Orientales)



8 jours / 7 nuits en Pension complète (vin et café non compris)

Pensez à payer le solde

Rando-Restaurant

Mardi 28 avril 2020
 Organisation et tarif en cours d'élaboration
 Informations et inscriptions
 À partir de fin février

Rando-Grillade

Mardi 12 mai 2020
 À Cessenon s/Orb
 Participation : 6€ /personne
 Inscriptions ouvertes jusqu'au vendredi 24 avril 2020



Séjour rando

Du 25 juin au 1er juillet 2020



Andorre en rando avec Sud Evasion
 7 jours/6 nuits (Pension complète)

N'oubliez pas de fournir un certificat médical et de vérifier la validité de votre CNI

Paella

Samedi 13 juin 2020
 Parc du Château Vargoz



Organisation et tarif en cours d'élaboration

Informations et inscriptions
 À partir de fin février