

**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 Colombers

- 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

\*Pour tout achat d'un équipement complet à la même date (monture + 2 verres correcteurs), à partir de 200€ avec des verres antireflets ou 400€ avec des verres progressifs, bénéficiez d'une réduction de 10€ par tranche de 100€ d'achat. Dispositif médical enregistré CE. La réduction est effective en caisse. Offre non cumulable et engageant. Chez votre opticien. Afin de participer à l'opération identifiez votre document et son verso de votre document original. Il s'applique en une seule fois et ne peut être utilisé comme bon plaisir. Le montant de l'offre ne pourra être échangé contre une autre promotion ou contre le versement de la somme correspondante en numéraire ou par chèque. Veuillez lire attentivement les conditions.

**INTERSPORT** LE SPORT COMMENCE ICI

**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**



**M**

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: Anne-Marie FOREST



Mensuel n°42 – novembre 2021

**Calendrier Animations de Sérignan Loisirs**



**URGENT !**

**RECHERCHONS UN(E) TRESORIER(E) ADJOINT(E)**

Vous voulez aider notre association !  
Vous avez des compétences en comptabilité et en bulletins de salaire !

Vous serez la personne dont nous avons **un réel besoin** pour compléter notre équipe au bureau de Sérignan-Loisirs !

Cette contribution est bénévole mais notre reconnaissance inestimable !

Merci d'avance si vous pouvez consacrer un peu de votre temps à nos côtés !!!

**---00000000---**

**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  
(pendant les permanences **UNIQUEMENT**)

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

**Renseignements et Inscriptions :**

A PARTIR DU 1er NOVEMBRE 2021  
LE SECRETARIAT SERA OUVERT  
**UNIQUEMENT LE MERCREDI de 9H30 à 11H30**

**9 novembre 2021**  
**Rando-Restaurant à Bédarieux**

**8 au 15 janvier 2022**  
**Séjour ski Alpes du Sud (Le Sauze)**

**12 au 19 mars 2022**  
**Séjour raquettes et ski Savoie (Arèches Beaufort)**

**22 mai au 28 mai 2022**  
**La Bretagne en randonnée (Le Finistère)**

**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**

**Carte d'Adhésion 2021/2022**  
**22€/an pour 1 personne (nouveau), 33€/an pour 1 couple (nouveau)**  
**Gratuite pour les renouvellements**

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

## Randonnées pédestres pour tous (sous réserve)

**Le kilométrage et le dénivelé sont donnés à titre indicatif**

### Mardi toute la journée

Départ 9h00 parking stade Aïta

Michel Marsol

02/11 : **BALARUC LE VIEUX** Massif de la Gardiole 15km et 400 m dénivelé (*moyen*)

Michel Marsol

09/11 : **RANDO-RESTAURANT**

Autour de BEDARIEUX

7 km et 100 m dénivelé (*facile*)

Michel Marsol

16/11 : **VAILHAUQUES** Le sentier de l'Arnède - 15 km et 375 m dénivelé (*difficile*)

Jean-Marie Toulouse

23/11 : **LIAUSSON** Le Mont Liausson et col de Portes rallongée - 10 km et 400 m dénivelé (*difficile*)

Robert Salamero

30/11 : **JONCELS** Circuit archéologique - 13 km et 460 m dénivelé (*difficile*)

### Vendredi après-midi

Départ 13h30 parking stade Aïta

Christian Pernet

05/11 : **PEYRAC DE MER** Autour de l'étang du DOUL - 7,5 km et 75 m dénivelé (*facile*)

12/11 : **LUGNE** (près de CESSENON)

Le bois des Eucalyptus rallongé - 9km et 200 m dénivelé (*facile*)

19/11 : **CEBAZAN** Le Dolmen 7,5 km et

170 m dénivelé (*facile*)

26/11 : **ASSIGNAN** La Pierre Trouée- 7,7 km et 104 m dénivelé (*facile*)

### Accompagnateurs :

Michel Journiac : 06 08 86 62 09

Michel Marsol : 06 63 74 90 21

Gérard Mestéjano : 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

### Mardi toute la journée

#### Rando « loisirs »

Départ 9h00 parking stade Aïta

Jean-Marie Toulouse

02/11 : **LES VAILHES** Berges du Lac du SALAGOU 12 km et 268 m dénivelé (*moyen*)

Christian Pernet

09/11 : **AGDE** Autour de la Tamarissière et des bunkers 14 km et 150 m dénivelé (*moyen*)

Michel Journiac

16/11 : **MONTPEYROUX—LE BARRY**

Le Castellas de Montpeyrroux 11 km et 440 m dénivelé (*moyen*) ou version rallongée 13 km et 550 m dénivelé (*difficile*)

Christian Pernet

23/11 : **BERLOU** Le Tour de Calisso 12,7 km et 360 m dénivelé (*moyen*)

Michel Marsol

30/11 : **AUMES** Les Parédoux - 13,8 km et 310 m dénivelé (*moyen*)

### Samedi toute la journée

Départ 8h30 parking stade Aïta

Gérard Mestéjano

06/11 : **OLARGUES**

Les Malviès et le pic du NAUDECH 18 km et 700 m dénivelé (*difficile*)

Gérard Mestéjano

20/11 : **GRAISSESSAC**

Le Devois 13 km et 859 m dénivelé (*difficile*)

**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**

## Longe côte (Marche aquatique)

**Tous les jeudis et tous les dimanches de 10h à 11h**

(RV Maison du Pêcheur Parking de la Maire à Sérignan-les-Plages)

## Rando Restaurant



**A Bédarieux**  
**Le mardi 9 novembre 2021**  
Participation : 28 € / personne

Voir affiche sur le site pour le menu et l'adresse du parking

**Inscriptions clôturées**

## LA BRETAGNE EN RANDONNEE



avec  
**SUD EVASION**  
Tél: 04 90 60 15 00

**Dossier N° 24291**

**du dimanche 22 mai au samedi 28 mai 2022 (7 jours / 6 nuits)**

**Tarif : 925 €/pers. (base 35 pers.)**  
**Supplément ch. Individ. : + 140 €**

**Assurance facultative nominale et non remboursable : 25€/pers.**

**DATE LIMITE DES INSCRIPTIONS :**  
**MERCREDI 1er DECEMBRE 2021**

Renseignements au secrétariat ou sur le site

**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**



**Départ randonnées parking Aïta : pour le covoiturage, le conducteur se renseignera avant de prendre les passagers dans sa voiture. Les personnes covoiturées devront porter le masque et être vaccinées.**

**Marche aquatique : le local tenant lieu de vestiaire (donc à l'intérieur), le pass sanitaire sera également obligatoire.**

## Séjour ski Alpes du Sud—Le Sauze

**Village de vacances**  
**04400 Le Sauze-sur-Barcelonnette**  
**du sam. 8 janv au sam. 15 janv 2022**

**Tarif : 410 €/pers.**  
**Solde 270 €/pers./CB)**

**A REGLER AVANT LE 24 NOVEMBRE !**



## Séjour raquettes et ski Savoie

**Village de vacances**  
**73270 Arèche Beaufort**  
**du sam. 12 mars au sam. 19 mars 2022**

**Tarif : 380 €/pers.**  
**Solde 250 €/pers./CB)**  
**A REGLER AVANT LE 24 NOVEMBRE !**

Renseignements au secrétariat ou sur le site