

**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%).



### 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** les OPTICIENS  
VOTRE AVANTAGE  
Gardez l'œil sur vos privilèges

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

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 Adh participant à l'opération identifié sur ce document et sur remise de ce 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 générales de participation.



### 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**



Mensuel n°41 – octobre 2021

## Calendrier Animations de Sérignan Loisirs



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  
(Arêches Beaufort)

22 mai au 28 mai 2022

La Bretagne en randonnée  
(Le Finistère)

**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 :**  
Secrétariat ouvert  
Mercredi & vendredi  
De 9H30 à 11H30

## 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**

**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)**

**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

## 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

#### Robert Salamero

05/10 : FELINES-MINERVOIS Le grand tour des collines 15km et 520m dénivelé (*difficile*)

#### Robert Salamero

12/10 : CASSAGNOLES - Les Roques d'Aule 14 km et 580 m dénivelé (*difficile*)

#### Michel Marsol

19/10 : MONS LA TRIVALLE Vers Courbou et pic du Naudech 14 km et 380 m dénivelé (*difficile*)

#### Jean-Marie TOULOUSE

26/10: LE PUECH Au départ de RABEJAC Le Cayroux - 12 km et 480m dénivelé (*moyen*)

### Vendredi après-midi

Départ 13h30 parking stade Aïta

#### Christian Pernet

01/10 : VILLENEUVE-LES-BEZIERS Entre Canal du Midi et vignobles - 10,2 km et 5 m dénivelé (*moyen*)

08/10 : MOUSSAN Le sentier de L'Alose - 9km et 40 m dénivelé (*facile*)

15/10 : NISSAN Les moulins de NISSAN- 7,1 km et 80 m dénivelé (*facile*)

22/10 : CAUX Circuit du menhir de Peyreficade- 9 km et 65 m dénivelé (*moyen*)

29/10 : MURVIEL LES BEZIERS Les Pigeonniers 9,4 km et 120 m dénivelé (*facile*)

### 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

### Mardi toute la journée

#### Rando « loisirs »

Départ 9h00 parking stade Aïta

#### Michel Marsol

05/10 : RODOMOULS Les Collines - 13 km et 280m dénivelé (*moyen*)

#### Michel Marsol

12/10 : DOUCH sur le plateau du Carroux (haut des gorges de Colombières à table d'orientation sur haut des gorges d'Héric) - 13 km et 300 m dénivelé (*moyen*)

#### Christian Pernet

19/10 : PIERRERUE - Le Priou 13,5 km et 330 m dénivelé (*moyen*)

#### Michel Marsol

26/10 : MONTAGNAC Le parcours d'Art et de nature - 16 km et 198 m dénivelé (*moyen*)

### Samedi toute la journée

Départ 8h30 parking stade Aïta

#### Gérard Mestéjanot

09/10 : COLOMBIERES-SUR-ORB Les Gorges de Colombières 13 km et 818 m dénivelé (*difficile*)

#### Gérard Mestéjanot

23/10 : ROQUEREDONDE - De l'Orb à l'Escandorgue 18,5 km et 652 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

**Inscription au secrétariat avant le 3 novembre 2021**

Ouvert à tous les adhérents et conjoints

## 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.)  
829 €/pers. (sur base + 45 pers.)  
Supplément ch. indiv. : + 140 €

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

(limité à 50 personnes)

Renseignements au secrétariat ou sur le site

**Le Pass sanitaire et le respect des gestes barrières doivent s'appliquer dans toutes les salles communales ainsi que dans tous les équipements sportifs, quel que soit le nombre de personnes**



**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

Inscriptions : (arrhes 140 €/pers./CB)  
Tarif : 410 €/pers.

Réservé aux adhérents



## Séjour raquettes et ski Savoie

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

Inscriptions (arrhes 130 €/pers./CB)  
Tarif : 380 €/pers.

Renseignements au secrétariat ou sur le site

Réservé aux adhérents