

**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**

**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 (1 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 uniquement chez votre opticien Adh participant à l'opération identifiée sur ce document et sur remise de ce document original. Il s'applique en une seule fois et ne peut être utilisé comme bonifié. 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. Visuels non contractuels.



### 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: Anne-Marie FOREST



Mensuel n°43 – décembre 2021

## Calendrier Animations de Sérignan Loisirs



**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**

*Fermeture pendant les vacances scolaires*

14 janvier 2022  
**Assemblée Générale  
et galette des rois**

21 janvier 2022  
**Repas de la Marche Aquatique**

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

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

### 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 Journiac

07/12 : **BEDARIEUX** Les Balcons de l'Orb  
15 km et 390 m dénivelé (*moyen*)

#### Michel Journiac

14/12 : **SAINT GUILHEM LE DESERT**  
Notre Dame du Lieu Plaisant  
12 km et 670 m dénivelé (*difficile*)

### Vendredi après-midi

Départ 13h30 parking stade Aïta

#### Christian Pernet

03/12 : **COLOMBIERS**  
Autour de L'oppidum d'Ensérune  
8,5 km et 80 m dénivelé (*facile*)

#### Christian Pernet

10/12 : **TELETHON à SERIGNAN**  
La Passéjade del Crès  
14,3 km ou 10 km et 24 m dénivelé (*moyen*)

#### Michel Journiac

17/12 : **L'OUSTALET**  
(près de SAINT PIERRE LA MER)  
La Bergerie de TUFFAREL  
9 km et 80 m dénivelé (*facile*)

### En cas d'urgence médicale,

Pour la rando, le vélo et la marche aquatique,  
Ayez toujours avec vous une fiche de  
renseignements dûment complétée.

Fiche à demander au secrétariat  
ou à télécharger sur le site

### Mardi toute la journée

#### Rando « loisirs »

Départ 9h00 parking stade Aïta

#### Christian Pernet

07/12 : **MONTBAZIN**  
Les Collines de la Moure 12 km et 295 m  
dénivelé (*moyen*)

#### Jean-Marie TOULOUSE

14/12 : **GRUISSAN**  
L'étang de Gruissan et la Capoulade  
12 km et 100 m dénivelé (*facile*)

### Samedi toute la journée

#### RANDO SPORTIVE ET DIFFICILE !

Départ 8h30 parking stade Aïta

#### Gérard Mestéjanot

04/12 : **LES AIRES**  
Saint Michel de Mourcaïrol  
+ pic de la Coquillade  
12 km et 717 m dénivelé (*difficile*)

#### Gérard Mestéjanot

11/12 : **SAINT GERVAIS SUR MARE**  
La Haute Vallée de la Mare  
17 km et 917 m dénivelé oui version réduite  
12 km 800 m dénivelé (*difficiles*)

**PAS DE RANDONNEES LES DEUX DERNIERES  
SEMAINES DE DECEMBRE 2021**  
(vacances scolaires)

**REPRISE DES RANDONNEES  
LE MARDI 4 JANVIER 2022**

**Suivant la météo les randonnées sont  
susceptibles d'être modifiées ou annu-  
lées si vigilance orange ou rouge sur  
le département**

**Covoiturage 6€ (mardi) - 5€ (vendredi)**  
**Randonnée annulée si moins de  
6 personnes présentes**

### 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

## 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)

## ASSEMBLEE GENERALE ET GALETTE DES ROIS



**Vendredi 14 janvier 2022 à 17h30**  
**Au Forum Marius Castagné**

**Assemblée Générale**  
Suivie de la galette des rois



*Offerte aux adhérents et conjoints*

### Cours Informatique

**Des cours d'informatique vont être  
proposés courant décembre  
pour débiter à la mi-janvier 2022.**

Ils se feront selon des thèmes précis annoncés  
dans un calendrier, que nous vous communi-  
querons ultérieurement.

Une participation financière sera  
demandée par module.  
Un support de cours sera fourni.

### La Bretagne en rando ANNULEE !

**Sud Evasion a décidé d'annuler la randonnée  
proposée du 22 au 28 mai 2022  
à cause du nombre de participants insuffisant !**

*Les acomptes versés seront remboursés par  
Sud Evasion.*

*D'autres propositions de séjours sont à l'étude.*



### Dîner Buffet des DAUPHINS

**Vendredi 21 janvier 2022**  
**À partir de 19h00**

au forum Marius Castagné  
*Pour les adhérents de la marche aquatique  
et leurs conjoints*

### 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.**

**Inscriptions clôturées !**



### 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 SI CE N'EST DÉJÀ FAIT !**

Renseignements au secrétariat  
ou sur le site



**PASS SANITAIRE OBLIGATOIRE POUR TOUTE ACTIVITE !**  
**Départ randonnées parking Aïta : pour le covoiturage, le conduc-  
teur se renseignera avant de prendre les passagers dans sa voi-  
ture. 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.**