



## 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 dcartes cadeaux GO SPORT et Kadéos)

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



## 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 et d'une pièce d'identité



Mensuel n°67 – Avril 2024

## Calendrier Animations de Sérignan Loisirs



**Le lundi 15/04/2024**  
Visite de Nîmes et de la  
Bambouseraie d'Anduze  
\*\*\*\*\*

**Le 23/04/2024**  
Rando-grillades  
\*\*\*\*\*

**Les 22 et 23/05/2024**  
Le « petit train jaune »  
\*\*\*\*\*

**Le samedi 25/05/2024**  
Repas marche aquatique  
\*\*\*\*\*

**En mai ou juin 2024**  
Repas Vélo  
\*\*\*\*\*

**Le dimanche 09/06/2024**  
Paëlla  
\*\*\*\*\*

**Du mardi 18 au lundi 24 juin 2024**  
Séjour rando  
Chambon-sur-Lac (63)

**Du mardi 8/10 au vendredi 11/10/2024**  
BORDEAUX  
\*\*\*\*\*

**Du vendredi 11/10 au vendredi 18/10/2024**  
LES POUILLES (Italie)

## 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 :

LE SECRETARIAT EST OUVERT  
de novembre 2023 à juin 2024

les mercredis 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 condi-  
tions météo défavorables

## Carte d'Adhésion 2023/2024

25€/an pour 1 personne  
35€/an pour 1 couple

## ! IMPORTANT !

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



LACIGALIÈRE

tarif réduit  
«Comité d'Entreprise»

(3ème tarif)  
dès  
le premier spectacle

ATOL les OPTICIENS  
Centre Cial  
CARREFOUR  
SERIGNAN  
Nous vous accueillons  
tous les jours  
de 9h00 à 19h30  
Tél.: 04.67.114.114

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

Carrefour  
Sérignan  
Route de Valras  
Tél. 04.67.32.61.20

Quartier des  
**TISSUS**  
AMEUBLEMENT ET DÉCORATION  
MERCERIE HABILLEMENT  
AMÉNAGEMENTS EXTÉRIEURS  
zac Viargues, 34440 Colombiers  
04 67 26 21 59

**La Foire Aux Tissus**  
Tout pour l'intérieur  
Tissus d'ameublement  
Habillement - Confection sur Mesure  
Mercerie - Rideaux - Trianglerie - Mousse - Toiles Cirées  
ZAC les Rodettes 34120 PEZENAS 04 67 98 06 80

**Tissus :**  
10 % proposés à tous les adhérents  
Sérignan Loisirs  
(même si on n'est pas adhérent à  
l'activité couture ou patchwork)

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

Scène de **BAYSSAN**  
art - culture - loisirs  
BÉZIERS  
Pour la saison 2023/2024 :  
Tarif préférentiel de 13 € au lieu de 20 €/spectacle type B  
Tarif préférentiel de 22 € au lieu de 28 €/spectacle type A  
Tarif préférentiel de 9 € au lieu de 12 €/spectacle proposé  
sur le territoire héraultais

McDonald's  
Votre restaurant RECRUTE  
de 24h à 28h/semaine  
TEMPS COMPLET POSSIBLE EN SAISON  
PROMOTION INTERNE  
FORMATION CONTINUE  
Repas OFFERTS  
2 JOURS DE REPOS FIXES & CONSÉCUTIFS  
MUTUELLE & PRÉVOYANCE ENTREPRISE  
Rejoignez-nous comme vous êtes !  
QR code

## Randonnées pédestres pour tous (sous réserve)

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

**Le mardi, 2 types de randonnées vous sont proposées. Choisissez celle qui vous convient le mieux en fonction de vos capacités. Avant le départ, vous pouvez consulter le site gratuit de VISORANDO ; cela vous permettra de connaître les difficultés de chaque randonnée.**

### Mardi toute la journée « Rando normale »

*Départ 8h30 parking stade Aïta*

#### Jean-François Jay

**02/04 : RIOLS** Notre Dame de Trédos  
14 km et 500 m dénivelé

#### Jean-François Jay

**09/04 : BEDARIEUX** Les balcons de l'Orb  
13 km et 385 m dénivelé

#### Albert Papaceit

**16/04 : FAUGERES**

Les trois tours (parking pl. Emile Vinassoux)  
13 km et 350 m dénivelé

#### Christian Pernet

**23/04 : CESSENON** Les berges de l'Orb  
9 km et 150 m dénivelé

#### Claude Villain

**30/04 : GRUISSAN** La Clape sauvage  
15 km et 400 m dénivelé

### Vendredi après-midi

*Départ 13h30 parking stade Aïta*

#### Christian Pernet

**05/04 : CAP D'AGDE**

Les différents aspects du Cap d'Agde  
8,5 km et 140 m dénivelé

#### Christian Pernet

**12/04 : COURSAN** Le tour du Pech Céleyran  
9,5 km et 50 m dénivelé

#### Christian Pernet

**19/04 : PUISSEGUIER** Sentier pédestre Millau  
9 km et 80 m dénivelé

## 26/04 :

**Claude Villain  
LA FRANQUI**

**RANDO A LA JOURNEE !**

13 km et 100 m dénivelé

**Départ 9 H / limité à 16 personnes**

**Inscription : c.villain141@laposte.net**

**OU (après-midi seulement) :**

#### Christian Pernet

**CAPESTANG** Le canal du Midi  
9 km et 50 m dénivelé

### Mardi toute la journée « Rando loisirs »

*Départ 8h30 parking stade Aïta*

#### Christian Pernet

**02/04 : LA FRANQUI** Les falaises de Leucate  
13 km et 225 m dénivelé

#### Christian Pernet

**09/04 : GABIAN**

Les grottes de Caramau  
13,6 km et 320 m dénivelé

#### Christian Pernet

**16/04 : ABEILHAN**

Les alentours d'Abeilhan  
14 km et 260 m dénivelé

## —RANDO GRILLADES—

#### Christian Pernet

**30/04 : BIZE MINERVOIS** Vers Montouliers  
13,7 km et 300 m dénivelé

### Samedi toute la journée

**RANDO DIFFICILE !**

*Départ 8h30 parking stade Aïta*

#### Jean-François Jay

**13/04 : COLOMBIERES/ORB**

Le Caroux mi hauteur  
13km et 900 m dénivelé

#### Jean-François Jay

**27/04 : GRAISSESSAC**

Le Devois  
13 km et 850 m dénivelé

### Accompagnateurs :

**Robert Salamero : 06 16 22 01 89**

**Christian Pernet : 06 63 78 20 92**

**J-M. Toulouse : 06 99 01 04 24**

**Serge Homs : 06 31 10 51 88**

**Jean-François Jay : 06 95 12 68 25**

**Albert Papaceit : 06 85 86 17 76**

**Claude Villain : 06 08 05 01 07**

## SÉJOURS RENTREE 2024/2025

### BORDEAUX

- Du 08/10 au 11/10/24 -

Tarif : 680 €/personne (+ assurance 40 €)



Transport  
en autocar

### LES POUILLES

- Du 11/10 au 18/10/24 -

Tarif : 1759 €/personne



Départ en  
autocar de  
Sérignan

**INSCRIPTION IMPERATIVE AVANT LE : 25/04/2024 (voir + infos sur le site)**

### Rando-Grillades & Paëlla



**OUVERTES  
A TOUS LES ADHÉRENTS**

**Mardi 23 avril  
Rando-grillades**

Tarif : 10 €

**Inscriptions avant le 10/04**

**Dimanche 9 juin  
Paëlla**

Tarif : 15 €

**Inscriptions avant le  
29/05**



### Repas « Marche Aquatique » et « Vélo »

+ INFOS/SITE **Samedi 25 mai 2024**

**Réservé  
aux adhérents « Marche aquatique »**



**En mai ou juin 2024  
Réservé aux adhérents  
« Vélo »**

### « Le petit train jaune »

**Du mercredi 22 au jeudi 23 mai 2024**

Tarif : 230€/personne

**SORTIE OUVERTE  
A TOUS LES ADHÉRENTS**



**Et visites :**  
\* de Mont Louis  
\* de Villefranche de  
Conflent  
\* des Orgues de Feu  
\* du Château de Salses

Transport en autocar

### Séjour-Randonnées

**du 18/06 au 24/06/2024**

**CHAMBON-SUR-LAC (Puy-de Dôme)**



Tarif : 550 €  
(7 jours)



**Hébergement en camping  
(cottages de 4 personnes)**

### NIMES et la BAMBOUSERAIE d'ANDUZE

**Lundi 15 avril 2024**

Tarif : 85 €/personne

**SORTIE OUVERTE A TOUS  
LES ADHÉRENTS**



### COVOITURAGE

**7 € pour les mardis et samedis  
5 € pour les vendredis.**

**Rappel : LA RÉPARTITION DES COÛTS  
PARKING ET AUTOROUTE DOIT SE FAIRE  
SELON LE NOMBRE DE PASSAGERS  
SELON LE NOMBRE DE PASSAGERS !**