



PROGRAMME DE MARCHÉ NORDIQUE

Président de l'association SJEM (Saint Jouan En Marche) : Didier CANTARUTTI 07 81 41 22 79 - **Référent Section Marche Nordique :** Daniel EJARQUE : 06 76 21 00 49

Animateurs Marche Nordique : - Mme Dominique AUBREE : 06 87 21 83 47 – Mme Odile NOEL : 06 34 96 94 13 – Mme Martine CHESNAIS : 06 86 99 41 08-

Mme Servane COUAPEL : 06 88 32 02 48 - Mme Dominique ROQUET 06 14 43 00 62 - Mr Daniel EJARQUE : 06 76 21 00 49

E-mail : jouan.marche@gmail.com **Site :** www.saintjouanenmarche.com - **Profils de parcours (notamment /dénivelés) :** F = Facile / M = Moyen / D = Difficile

Covoiturage possible depuis le parking du stade (Salle des loisirs) à ST JOUAN DES GUERETS : Départ à 09h00, afin de démarrer l'activité à 09h30 au plus tard

** Lorsqu'il est pratiqué au sein de l'Association, sous l'autorité et la responsabilité du conducteur qui peut imposer le port de masque dans son véhicule, il est d'usage de remettre au conducteur, une participation aux frais de transports de 2,00 € pour les déplacements jusqu'à 60 km A/R et 3,00 € si plus de 60 km A/R (délibération C.A. du 24/06/2019).*

*** En cas de difficulté de dernière minute relative à une sortie, contacter en priorité l'animateur « Principal » désigné pour encadrer et animer cette sortie.**

Les parcours portent des codifications que vous pourrez consulter sur le site «<https://www.calculitineraires.fr/>», en sélectionnant «rechercher un itinéraire».

Le circuit et kms sont donnés à titre indicatif ; l'animateur en charge du parcours de la séance peut être amené à l'adapter aux conditions du moment (météo, environnement, groupe).

DATE		A noter	MARS 2025					
			LOCALISATION de la randonnée	RDV Parking	Niveau	Kms	Duo Animation	Code parcours
LUN	3	Marée 107	circuit Val Hervelin	Salle des sports rue de la gare PLEUDIHEN 22690	moyen	11,7	Martine	1292905
							Servane	
MER	5	80	circuit vers Ville es Nonais ou circuit Bas champs (si terrain non boueux)	Parking PORT ST JEAN LA VILLE ES NONAIS 35430	moyen facile	11,2 8,5	Dom A ok	972816
							Dom R	892368
LUN	10	54	matinée littoral GR34 cap frehel et la fosse après midi Plevenon à Lalatte via la ville galopin	JOURNEE CONTINUE CAP FREHEL rdv parking FORT LALATTE 22240 RESTO créperie à PLEVENON ?	moyen	12	Daniel	1328310
						9	Martine	A repréciser
MER	12	78	à repréciser selon la levée des interdits de passage	Salle des sports St JOUAN 35430	moyen	9	Odile	247821
							daniel	ou 1400247
LUN	17	Marée 86	circuit à repréciser sur place en fonction du terrain	Parking Mediathèque 7 rue de la poste PLOUER 22490	moyen	11,0	Dom R	1141628
							Odile	ou 1348020
MER	19	70	circuit des Moulins /duché	parking salle multisport ST BRIAC 35800	moyen	10,6	Daniel	1231255
							Odile	
LUN	24	29	circuit vers la Pointe du puits	parking Moulin de la chaise ST SULIAC 35430	moyen	11,1	Dom R	1251690
							Martine	
MER	26	63	circuit Anse du Guesclin	Parking Du guesclin St COULOMB 35350	moyen	11,2	Dom A ok	1384010
							Odile	
LUN	31	Marée 114	circuit Papillon terre et mer	Parking du marais St LUNAIRE 35800	moyen	11,5	Martine	1222823
							Servane	