



Programme des activités

Vos animateurs sont prêts pour le début d'année !

Le programme précédent allait jusqu'à mi-janvier, voici la suite pour le 1^{er} trimestre.

Les horaires ne changent pas :

- les séances de Tai Chi débutent à 16h30
- pour les mercredi après-midi, départ de la place Carnot à 13h30. Ceux qui le souhaitent peuvent se rendre directement au départ des randos, mais ils prennent le risque de ne pas être informés en cas d'annulation de dernière minute.
- marche nordique : le rendez-vous sur place est à 8h45.
- pour les sorties montagne, merci de vous reporter au RST infos n° 129

*Et dans l'immédiat, l'important c'est de bien profiter des fêtes de fin d'année
Je vous souhaite un Noël joyeux et chaleureux !*

Christian Montané

Programme du 16 Janvier au 24 Mars 2023

16 Janv	Sortie neige	LA FECLAZ		
17 Janv	Tai chi	OUI		
18 Janv	G4 Promeneurs	Saint Didier de la Tour	cimetière au rond point	Monique DESVIGNES Viviane RABATEL
	G3 Marcheurs	Saint Didier de la Tour		Daniel BEDOT Jean Claude GAUDET
	G2 Bons Marcheurs	Saint Didier de la Tour		Michèle CARREZ Alain LAZZAROTTO
	G1 Très Bons Marcheurs	Saint Didier de la Tour		Dany BERTRAND Roch VACCARI
20 Janv	Marche nordique	La Chapelle de la Tour -Croix Droguet		Hugues RABATEL Patrick BESSY
21 Janv	Permanence salle RST - inscription sortie neige			Dany Bertrand - Maryse PROST

23 Janv	Sortie neige	CORRENÇON		
24 Janv	Galette des rois - 14H salle equinoxe - Pas de Tai Chi			
25 Janv	G4 Promeneurs	La Chapelle de la Tour	Croix Droguet	Maryrose BLANC Corinne COURREGES
	G3 Marcheurs	La Chapelle de la Tour	Salle des fêtes	Marie AZNAR-TOURLONIAS Roch VACCARI
	G2 Bons Marcheurs	La Chapelle de la Tour		Hubert REGACHE Daniel BEDOT
	G1 Très Bons Marcheurs	La Chapelle de la Tour		Monique DESVIGNES Christian MONTANE
27 Janv	Marche nordique	Charray		Michel CLERC Michèle MONTANE
28 Janv	Permanence salle RST - inscription sortie neige			

30 Janv	Sortie neige	LE DESERT D'ENTREMONT		
31 Janv	Tai Chi	OUI		
01 Fev	G4 Promeneurs	Sainte Blandine	Mairie	Corinne COURREGES Dany BERTRAND
	G3 Marcheurs	Salagnon	Foyer Communal	Bernadette COTTIN Evelyne MIDOL
	G2 Bons Marcheurs	Salagnon		Michèle CARREZ Gerard FERAUD
	G1 Très Bons Marcheurs	Salagnon		Alain LAZZAROTTO Marielle BONNINGUE
03 Fev	Marche nordique	Bois de Lucle		Michel CLERC Michèle MONTANE
04 Fev	Permanence salle RST - Dany Bertrand - Brigitte VERNEZ - Daniele CALLOUD			

07 Fev	Tai Chi	PAS DE TAI CHI		
08 Fev	G4 Promeneurs	La Batie Montgascon	Etang de Malseroud	Maryrose BLANC Viviane RABATEL

	G3 Marcheurs	Nivolas Vermelle	Parking Mairie	Corinne COURREGES Jean Claude GAUDET
	G2 Bons Marcheurs	Nivolas Vermelle		Hubert REGACHE Dominique POUDEVIGNE
	G1 Très Bons Marcheurs	Nivolas Vermelle		Marielle BONNINGUE Dany BERTRAND
10 Fev	Marche nordique	Montcarra		Patrick BESSY - Brigitte GRIBELIN
11 Fev	Permanence salle RST - inscription sortie neige Dany Bertrand Maryse PROST			

14 Fev	Tai Chi	PAS DE TAI CHI		
15 Fev	G4 Promeneurs	Romagnieu	Lac	Corinne COURREGES Emma VOIRIN
	G3 Marcheurs	St Hilaire de Brens	Ecole	Bernadette COTTIN Hugues RABATEL Marie Claude CABAJ
	G2 Bons Marcheurs	St Hilaire de Brens		Michèle CARREZ Hubert REGACHE Laurent CABAJ
	G1 Très Bons Marcheurs	St Hilaire de Brens		G1 et G2 ensemble
17 Fev	Marche nordique	Croix Droguet		Patrick BESSY - Brigitte GRIBELIN
18 Fev	Permanence salle RST - inscription sortie neige Dany Bertrand - Maryse PROST			

20 Fev	Sortie neige	LE REVARD		
21 Fev	Tai Chi	OUI		
22 Fev	G4 Promeneurs	Bois de Cessieu	derrière Les 4 Vents	Maryrose BLANC Monique DESVIGNES
	G3 Marcheurs	Bois de Cessieu	derrière les 4 vents	Gilbert LAVAL Roch VACCARI
	G2 Bons Marcheurs	Bois de Cessieu		Marie AZNAR-TOURLONIAS Evelyne MIDOL
	G1 Très Bons Marcheurs	Bois de Cessieu		Christian MONTANE Emma VOIRIN
24 Fev	Marche nordique	Charray		Michèle MONTANE Patrick BESSY
25 Fev	Permanence salle RST - inscription sortie neige			

27 Fev	Sortie neige	LE SEMNOZ		
28 Fev	Tai Chi	oui		
1 ^{er} Mars	G4 Promeneurs	Montcarra	réservoir	Monique DESVIGNES Marie Rose BLANC
	G3 Marcheurs	Montrevel	Eglise	Bernadette COTTIN Michele CARREZ Laurent CABAJ
	G2 Bons Marcheurs	Montrevel		Hubert REGACHE Gerard FERAUD
	G1 Très Bons Marcheurs	Montrevel		Alain LAZZAROTTO Daniel BEDOT
03 Mars	Marche nordique	Bois de Vallin		Patrick BESSY -Hugues RABATEL

04 Mars	Permanence salle RST - inscription sortie neige			
---------	--	--	--	--

06 Mars	Sortie neige SUR LYAND			
07 Mars	Tai Chi	OUI		
08 Mars	G4 Promeneurs	ST ANDRE LE GAZ	stade	Maryrose BLANC Dominique POUDEVIGNE
	G3 Marcheurs	Soleymieu	Mairie -Ecole	Bernadette COTTIN Marie AZNAR-TOURLONIAS
	G2 Bons Marcheurs	Soleymieu		Michèle CARREZ Sylvie BORNET Marie Claude CABAJ
	G1 Très Bons Marcheurs	Soleymieu		Michel CLERC Emma VOIRIN Laurent CABAJ
10 Mars	Marche nordique	Bois de Lucle		Michel CLERC- Patrick BESSY
11 Mars	Permanence salle RST - inscription sortie neige Dany BERTRAND - Maryse PROST			

13 Mars	Sortie neige LE PLATEAU DES GLIÈRES			
14 Mars	Tai Chi	OUI		
15 Mars	G4 Promeneurs	Bourgoin-Jallieu étang de Rosières	étang de Rosières	Monique DESVIGNES Laurent CABAJ
	G3 Marcheurs	étang de Rosières		Jean-Claude GAUDET Gérard FERAUD
	G2 Bons Marcheurs	étang de Rosières		Daniel BEDOT Sylvie BORNET
	G1 Très Bons Marcheurs	étang de Rosières		Christian MONTANE Marie Claude CABAJ
17 Mars	Marche nordique	Montcarra		Michèle MONTANE- Brigitte GRIBELIN

20 Mars	Sortie neige LES CONFINS			
21 Mars	Tai Chi	Pas de Tai chi		
22 Mars	G4 Promeneurs	Chelieu le bas	Eglise	Maryrose BLANC Evelyne MIDOL
	G3 Marcheurs	Chassignieu	Eglise Mairie	Alain LAZZAROTTO Corinne COURREGES
	G2 Bons Marcheurs	Chassignieu	Eglise Mairie	Marielle BONNINGUE Gilbert LAVAL
	G1 Très Bons Marcheurs	Chassignieu	Eglise Mairie	Michel CLERC Viviane RABATEL
24 Mars	Marche nordique	Croix Droguet		Michèle MONTANE- Patrick BESSY