

L'édito de Rémi

Le 19 mai 2019, les Pieds Rieurs ont organisé leur 20^{ème} Lucigambette; 5 marches ont été proposées, avec pour la 1^{ère} fois un circuit découverte 'Petites Gambettes' très apprécié. Un 20^{ème} anniversaire réussi, avec, pour le fêter dignement, une animation particulièrement facétieuse de 2 artistes de la compagnie 'Le Théâtre Cabines'.

Enorme Merci à tous ceux qui ont œuvré à la réussite de cette journée : les membres du Conseil, des différentes commissions, les aidants du week-end, et les adhérents qui ont participé aux différents marches (merci d'avoir répondu à nos appels).

La nouvelle saison est déjà commencée !

La canicule de l'intersaison est terminée, j'espère que vous n'en avez pas trop souffert et que vous êtes tous en forme pour ce début de saison ; les inscriptions et réinscriptions sont en cours et les randos ont repris début septembre selon les calendriers établis.

Bonne saison à tous et bienvenue à tous les nouveaux : je vous souhaite une bonne intégration chez les Pieds Rieurs, qui, j'en suis persuadé, sauront bien vous accueillir en retour et prendront plaisir à vous faire découvrir notre fonctionnement et les sympathiques circuits conduits par nos animateurs.

Le site de l'association est à consulter régulièrement si possible par tout adhérent: il est riche en informations ; et il est vraiment impératif d'y lire ou relire chaque début de saison le Règlement Intérieur qui contient les précisions et informations nécessaires à respecter pour le bon fonctionnement de l'association et de ses groupes de marches.

Bonne saison 2019-2020 à tous, et de beaux kilomètres à pieds en toute convivialité !

Votre président, Rémi ROUGÉ



Remise du trophée de la ville à Jacqueline Sintes lors de notre 20^{ème} Lucigambette

A NOTER SUR VOS AGENDAS

Assemblée générale :	Vendredi 18 octobre 20h30	Salle Renée Losq
Calendriers :	Jeudi 14 novembre 14h30	Dagorne 2
Galette des Rois :	Vendredi 17 janvier 20h30	Dagorne 1
Calendriers :	Jeudi 2 avril 14h30	Dagorne 2
Préparation Lucigambette	Jeudi 4 avril 20h30 (à préciser)	Dagorne 1
Lucigambette	Dimanche 17 mai	Mauves

Récapitulatif des Marches hebdomadaires

Lundi 1/2 :	5km Départ 14h	Rando-Santé 2.5km/h
Mardi 1/2 :	5km Départ 14 h	Rando-Santé 2.5 km/h
Mercredi :	15 km Départ 8h30	Allure 5,3 km/h
	12 km Départ 8h30	Allure 5 km/h
Le dernier du mois	17km Départ 8h30	Allure 6km/h
Jeudi :	8-9 km Départ 8h45	Allure modérée
Vendredi :	12 km Départ 13h45	Allure 4,5km/h
Samedi :	Marche Nordique Départ 13h45	
Dimanche :	15 km Départ 8h30	Allure 5,5km/h

INSCRIPTIONS :

Les inscriptions se poursuivent jusqu'au 12 octobre.

Voir sur notre site les conditions :

<http://www.pieds-rieurs.fr>.

Ceux qui ne souhaitent pas renouveler leur adhésion merci de nous prévenir, cela vous évitera de recevoir les messages.

IMPORTANT :

Si vous recevez cet Orteil, par courrier c'est que vous n'avez pas de mail ou que vous nous ne l'avez pas donné. Beaucoup d'infos passent par la messagerie (dont un rappel des calendriers chaque semaine, des appels aux sorties ...)

Vous pouvez nous l'envoyer : asso.piedsrieurs@laposte.net

LE COVOITURAGE :

Le covoiturage est un moyen économique et écologique pour se rendre au départ des randonnées. Il favorise aussi la convivialité entre les adhérents.

Un itinéraire de la destination est remis par l'organisateur aux chauffeurs. Cet itinéraire est numéroté (pour vérifier que toutes les voitures soient bien arrivées), le numéro de portable de l'organisateur y est noté.

Chaque passager rétribue le chauffeur de 2€, il prend soin de s'équiper d'une paire de chaussures de rechange.

Pour que le covoiturage fonctionne correctement, **il est souhaitable que chacun, en fonction de ses possibilités, se propose pour être chauffeur.**

Ne pas être toujours passager, cela favorisera un roulement des voitures utilisées et permettra d'avoir un potentiel plus important de chauffeurs si nécessaire.

L'ORTEIL ...



Notre 20^{ème} Lucigambette et les petites gambettes.

Avec 740 randonneurs notre 20^{ème} Lucigambette a été un succès. Merci à tous pour votre implication dans cette journée, à noter cette année, une nouveauté, les petites gambettes avec 80 personnes dont beaucoup d'enfants.

Les petites gambettes 2019

Cette année, petits et grands se sont retrouvés pour la première fois sur les sentiers de la Lucigambette, un parcours de 5km, spécialement adapté aux familles avec de jeunes enfants.

Chaque famille, a pris le départ avec en main, une grille de mots croisés à compléter au fur et à mesure du circuit. Il fallait les suivre, ces enfants toujours très pressés de trouver en premier les indices disséminés sur le chemin !

Par exemple « on la mange l'hiver et c'est une île de Ste Luce » ou encore « elle vit en zone humide sur les bords de Loire. Elle est protégée. Elle est présente sur la commune de Ste Luce ».

Ils ont ainsi découvert Ste Luce, le parc de la verdure, le bois Briand avec son histoire, la faune et la flore... Un vrai régal pour tous. Un enthousiasme partagé, au-delà de nos espérances, qui donne envie de recommencer !



Entretien de Jean Pierre avec notre doyenne Madeleine :

« La vie n'a pas d'âge.

La vraie jeunesse ne s'use pas.

On a beau l'appeler souvenir,

On a beau dire qu'elle disparaît,

On a beau dire et vouloir dire que tout s'en va,

Tout ce qui est vrai reste là. »

L'ORTEIL ...



Ce poème pour notre doyenne et amie, Madeleine ROUSSEAU, 86 ans cette année et toujours bon pied. En effet, la marche fait partie de sa vie depuis la saison 2000/2001, année où l'association a pris le nom de : « Pieds Rieurs ».

A cette époque, le nombre de marches proposées n'étaient pas si étoffé qu'aujourd'hui, mais Madeleine a su s'adapter.

Le Mercredi par exemple, une seule marche de 12km existait. Devant le nombre important de participants, les responsables ont créé une marche de 15km, et devinez quoi, Madeleine a rejoint le groupe, non pas pour faire de la figuration, mais par passion. Belle cadence, toujours devant, parfois il fallait calmer son ardeur. Et tout naturellement, elle participait aux sorties à la journée, ainsi qu'aux séjours proposés (Crozon, St Malo, Le Blavet, Les Cévennes, Paimpol, Erquy, Cauterets, Perros-Guirec).

Puis petit à petit, avec l'âge, ces foutues années qui augmentent, il a fallu se faire une raison.

Une marche à allure modérée a été créée le Jeudi, de 8km environ, ça tombait bien, alors Madeleine n'a pas dit son dernier mot, et a rejoint le groupe, et encore aujourd'hui, participe activement aux sorties.

Nous souhaitons à Madeleine de belles années de randonnées en notre compagnie.

« Le Bonheur n'est pas au bout du chemin, il est le Chemin »



ASSEMBLEE GENERALE :

Vous êtes invité(e)(s) à participer à l'Assemblée Générale annuelle ordinaire de l'association des *Pieds Rieurs* qui se tiendra le :

Vendredi 18 octobre 2018 à 20 h 30
Salle Renée Losq, à Sainte Luce sur Loire

Vous recevez avec cet Orteil une convocation avec l'ordre du jour et un pouvoir

Si vous êtes candidat au Conseil d'Administration de notre association, merci de contacter le Président avant le 9 octobre, aucune candidature ne sera acceptée après cette date.