

## La GALETTE des ROIS du CSDMA



du jeudi 27 janvier :

**Décision en attente**  
(peut-être reportée en février)

### Mardi 15 mars 2022 :

Rando-restau au Rendez-Vous des Chasseurs, à Segré.  
Inscription et chèque de 20 euros (au nom du restaurant) à remettre à Gilbert Hucheloup ou Marie-France Charnier avant le 18 Février 2022.

**Pass sanitaire obligatoire**

### Journée Interclubs 2022 :

le mardi 17 mai 2022 à Château-Gontier-sur-Mayenne

**Numéro portable des animateurs randonnées pédestres :**

Marcel Aligon ☎ 06 08 14 11 34  
Gilbert Hucheloup ☎ 02 43 70 41 27

Président : Michel BRUNEAU ☎ 02 43 07 26 62 / 06 89 24 46 55  
@ : [president@retraitesportivechateaugontier.fr](mailto:president@retraitesportivechateaugontier.fr)

Secrétaire : Dany BRUNET ☎ 06 17 28 93 66  
@ : [secretariat.retraite.sportive@gmail.com](mailto:secretariat.retraite.sportive@gmail.com)

Trésorière : Francine BASLÉ ☎ 02 43 07 56 59  
@ : [basle.francine@orange.fr](mailto:basle.francine@orange.fr)



## RETRAITE SPORTIVE C S D M A JOURNAL DES ACTIVITES 1er trimestre 2022



**Marche nordique**  
Responsable :

Eliane Chauvin 02 43 06 14 86 / 06 72 44 96 05

Janvier au rond point de Chemazé	Février au rond point de Chemazé	Mars au rond point de Chemazé
Jeudi 6 janvier	Jeudi 3 février	Jeudi 3 mars
Jeudi 13 janvier	Jeudi 24 février	Jeudi 10 mars
Jeudi 20 janvier		Jeudi 17 mars
		Jeudi 24 mars
		Jeudi 31 mars

### Chant :



Les mardis 4 janvier, 1er février et 1er mars, à **10h30 précises**, à la salle de la Motte Vauvert. Pass sanitaire obligatoire.

### Atelier danse :

Lundi 3, 10 et 17 janvier, 7, 14 et 21 février, 7, 14 et 21 mars.

### Dates des « Rando balades » :

Vendredi 7 et 21 janvier, 4 et 18 février, 4 et 18 mars.  
Départ Parking de l'Oisillière à 9h30.

Jour Heure	Randonnées 1er trimestre	Guides	KM
Mardi 04/01 13h30	La Roche-Neuville (53) St Sulpice (53) avec raccourci	M. Beucher P. Doreau A. et G. Hucheloup Ph. Guyon J. Moreau	11
Mardi 11/01 13h30	Cosmes (53) avec raccourci	M. Aligon M-F. Charnier D. Gendry É. Samoyeau J. et M. Séché	11,5
Mardi 18/01 13h30	Segré (49) avec raccourci	M. Aligon M-F. Charnier J-P. Dalifard C. Foucault J-C. Gémin P. Guyon	11
Mardi 25/01 13h30	Bouessay (53) avec raccourci	C. Boin P. Doreau P. Gerboin A. et G. Hucheloup P; Jégouic	11
Mardi 01/02 13h30	Maisoncelles (53) avec raccourci	F. Baslé M-J. et M. Bruneau E. Chauvin M-N. Michel J. Moreau E. Samoyeau	13
Mardi 08/02 13h30	La Bazouge de Cheméré (53) avec raccourci	C. Boin J-P. Dalifard D. Gendry P. Gerboin J. et M. Séché	12
Mardi 15/02 13h30	Montigné Le Brillant(53) avec raccourci	M. Aligon M-F. Charnier M. Beucher D. Gendry P. Doreau G. Muckensturm	12
Mardi 22/02 13h30	Niaffles (53) avec raccourci	M-J. et M. Bruneau J-P. Dalifard J-C. Gémin P. Guyon M-N. Michel	12
Mardi 01/03 13h30	Val de Maine (53) Ballée (53) avec raccourci	P. Doreau D. Gendry P. Guyon A. et G. Hucheloup E. Samoyeau	12
Mardi 08/03 13h30	Auvers le Hamon (72) avec raccourci	C. Boin M-J. et M. Bruneau J. Moreau J. et M. Séché	10
Mardi 15/03 8h30	Segré (49) rando restau Rendez-vous des Chasseurs	M. Aligon M. Beucher M-F. Charnier D. Gendry A. et G. Hucheloup	11,5 + 9
Mardi 22/03 8h30	Bourgon (53) sac à dos	M. Aligon M-F. Charnier J-P. Dalifard P. Doreau J-C. Gémin P. Guyon	18
Mardi 22/03 13h30	Chemazé (53) sans raccourci	M-F. Hocdé A. et G. Hucheloup J. et M. Séché	10
Mardi 29/03 13h30	St Berthevin (53) avec raccourci	M. Beucher C. Foucault M-F. Hocdé A. et G. Hucheloup J. Moreau	11

Ateliers	Responsables	☎	Lieux & Jours
AQUAGYM	M. BRUNEAU	02 43 07 26 62	Vendredi tous les 15 jours, de 16h15 à 17h à la piscine de Château-Gontier R-D-V à 16h à la piscine
ATELIER DANSE	M-C. LEROYER M. LEQUIMBRE	02 43 07 17 18 02 43 07 83 89	Les lundis indiqués en 1ère page, de 14h à 15h15 et de 15h30 à 16h45 au Foyer Rural de Bazouges
ATELIER THÉÂTRE	I. GUIMON D. BRUNET	06 36 69 60 07 06 17 28 93 66	Jeudi 10h45-12h15 à la salle des fêtes (à l'étage)
AVIRON	J-L. BUTTIER	02 43 07 08 92	Mercredi 9h30 - 11h30 au Club nautique
CHANT	A. TESSIER	06 07 81 87 75	Les mardis indiqués en 1ère page de 10h30 à 12h à la salle La Motte Vauvert
CYCLO	P. HELBERT P. GERBOIN	02 43 70 46 80 06 74 40 52 08	RDV le mercredi à 13h45 Quai d'Alsace
GYM SUR CHAISE	M-N. MICHEL	06 30 83 18 06	Jeudi 9h30-10h30 au Foyer rural de Bazouges
GYM D'ENTRETIEN	M. ANTOINE J. COUGÉ	02 43 07 99 24 02 43 70 34 37	<b>Mercredi : 2 créneaux :</b> 9h à 10h et 10h à 11h Vendredi : 9h à 10h dans la salle du Lt Morillon 75, rue du Lt Morillon
GYM POSTURALE	M. ANTOINE J. COUGÉ	02 43 07 99 24 02 43 70 34 37	Vendredi 10h15-11h15 dans la salle du Lt Morillon 75, rue du Lt Morillon
MARCHE NORDIQUE	É. CHAUVIN	02 43 06 14 86	Jeudi de 14h à 16h. RDV à 13h45 sur le lieu de la marche
MEMOIRE	M-N. MICHEL	06 30 83 18 06	Lundi 10h-11h salle Le Flore (derrière la Salle des Fêtes)
PETANQUE	J-L. BELLANGER C. BESNIER M. HOCDE	02 43 07 92 81 02 43 70 66 26 02 43 07 05 65	Vendredi de 14h à 15h30 et de 15h30 à 17h au boulodrome de Bazouges
RANDONNEE PEDESTRE	M. ALIGON G. HUCHELOUP	06 08 14 11 34 02 43 70 41 27	RDV Quai d'Alsace 15 minutes avant l'heure de départ indiquée
RANDONNEE BALADE	M. ALIGON M-F. CHARNIER	06 08 14 11 34 06 89 68 49 13	Vendredi tous les 15 jours de 9h30 à 11h30. Départ Parking de l'Oisillière.
SOPHROLOGIE	M-N. MICHEL	06 30 83 18 06	Mercredi 10h et 11h Salle La Motte Vauvert Rue des Salamandres
SWIN GOLF	M. GOHIER	06 41 16 50 77	Mercredi 13h30 à Quelaines
TENNIS REBOND	Y. COUGÉ G. GENETEAU	02 43 70 34 37 02 53 94 01 64	Mardi de 14h à 16h à la salle de tennis, Salle des sports, route de Laval
TENNIS DE TABLE	A. BÉDA G. GENETEAU	02 43 70 47 95 02 53 94 01 64	Lundi de 17h à 19h et vendredi de 16h30 à 18h30 Salle Pressoiras, rue des Nations Unies