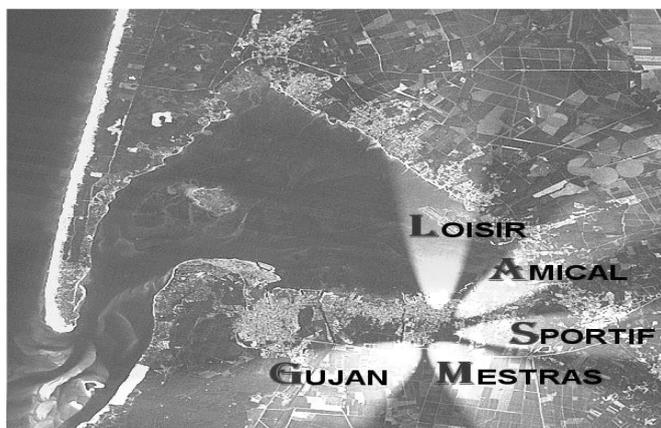


PROGRAMME SEPTEMBRE-OCTOBRE 2022



L.A.S.G.M.
Maison des Associations
1 rue des bénévoles
33470 Gujan-Mestras

Permanence
Lundi 9h30 - 11h30
Mercredi 9h30-11h30
Salle "Le Clos Fleuri" La Hume
Attention nouvelle adresse mail :
lasgm33470@gmail.com
www.lasgm.fr

CONTACTS

Françoise VERDE : 06 75 92 14 53 Marches
Danièle DUCRET : 06 85 62 16 93 Marches 1h
Piscine
Michèle CONTIS : 06 31 37 06 53 Gymnastique
Gérard LIRAUD : 07 69 19 34 89 Marches
Anne LE CAM : 06 84 51 59 71 Programmes
Serge AMBIEL : 06 11 98 55 15 Marches
Joel MAZARS : 06 78 62 69 56 Marches
Daniel BOISSEAU : 06 89 99 32 80 Vélo
Bruno SIMON : 06 11 40 36 41
Animations/Sorties

INSCRIPTIONS PISCINE

Dès le 7 Septembre pour les séances des

Lundis : 19-26 Septembre
Jeudis : 22-29 Septembre
Lundis : 3-10-17 Octobre
Jeudis : 6-13-20 Octobre

Dès le 17 Octobre pour les séances des

Lundis : 7-14-21-28 Novembre
Jeudis : 10-17 Novembre

ANIMATIONS

Samedi 4 et Dimanche 5 Septembre

Village des associations Gujan Mestras

Mercredi 7 Septembre

Journée d'inscriptions 9h30/16h
Maison des associations Gujan

Mercredi 28 Septembre - Journée au Cap Ferret

Rdv 8h30 Jetée Thiers Arcachon - Traversée en bateau
9h00-9h-30 (15€ aller-retour à payer sur place)
Matinée 9h30-12h - rando 10 km ou marche 1h
Repas tiré du sac
Après-midi:choix balade en petit train-visitte du phare 6€
Retour départ 16h30 - Arcachon 17h

19-22-21 Septembre

Séjour à Gramat (Complet)

Vendredi 14 Octobre

Journée d'intégration au Châlet de la Magdeleine
Rdv : 12h - Pique nique partagé

Dates à retenir

16 Novembre : Dancharia
24 Novembre : Assemblée Générale
Début Décembre : Bassin des Lumières (Venise) Date
précise ultérieurement
Vers le 15 Décembre : Repas de fin d'année
20 Janvier : Vœux

du 18 au 25 mai 2023 - Voyage en Grèce

Prix : 880€ Complet

Programme des marches (sous réserve de modifications dues aux accès forestiers)

Groupe de 10/12 kms	Groupe 2 heures	Groupe 1heure
---------------------	-----------------	---------------

SEPTEMBRE

Lu 19	GRAMAT	
Me 21	GRAMAT	La Chêneraie Rdv : Parking La Chêneraie
Lu 26	La Hume / Port de Larros Rdv : Parking bar de la plage La Hume	
Me 28	JOURNEE AU CAP FERRET	

Groupe de 10/12 kms	Groupe 2 heures	Groupe 1heure
---------------------	-----------------	---------------

OCTOBRE

Lu 3	Port de La Teste / Port du Rocher Tourner au rond point du Restaurant du Port Rdv : au parking au bout de la jetée Port de Plaisance	
Me 5	Lillet Prendre la direction Salles et à Lillet prendre la première rue à gauche après les feux Rdv : parking 100m à gauche après l'école	Plage de la Hume Rdv : Buvette de la plage
Lu 10	Lanton / Taussat Rdv : Parking salle des sports 1ère à gauche après rond-point station service sortie Lanton	Port de Biganos/Port des Tuiles Rdv parking port de Biganos
Me 12	Criée d'Arcachon / Péreire Rdv : Parking port de pêche d'Arcachon	Prés salée la Teste Rdv : Cabane à Pinpin
Lu 17	Lamothe / Port du Teich Rdv : Parking Relais nature Lamothe	
Me 19	Casino / Piscine La Teste Rdv : Parking aire de jeux ânes Casino Gujan Mestras	Lac de la Magdeleine Rdv : Aux Anes
Lu 24	Mios / Balanos Rdv : Parking salle des sports 1ère rue à droite après la Poste	
Me 26	La Chêneraie / Port du Rocher Rdv : Parking La Chêneraie côté La Hume	Port du Rocher Rdv : Parking de la Chêneraie côté La Hume
Lu 31	Port de La Molle / Port du Teich Rdv : Cabanes port de La Molle	