

PROGRAMME SEPTEMBRE OCTOBRE 2023



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

Permanence
Lundi 9h30 - 11h30
Mercredi 9h30 - 11h30 jusqu'au 18 octobre
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 Sorties

INSCRIPTIONS PISCINE

Dès le 4 septembre pour les séances des
Lundis : 18-25 septembre et 2-9-16 octobre
Jeudis : 14-21-28 septembre et 5-12-19 octobre

INSCRIPTIONS GYMNASTIQUE

Dès le 4 septembre pour les séances des
19-26 septembre et 3-10-17-24-31 octobre

PROGRAMME DES ANIMATIONS

Renseignements à la permanence et sur le site LASGM
Inscriptions à la permanence

Lundi 4 septembre

Journée inscription Maison des Associations 10h/16h

18-19-20 septembre

Séjour marche à Gramat

Vendredi 13 octobre

Journée d'accueil des adhérents avec buffet froid
Chalet de la Magdeleine

Vendredi 10 novembre

Assemblée Générale - Maison des Associations
Emargement à partir de 16h -suivi d'un buffet dînatoire

Jeudi 16 novembre

Dancharia - prix 22€

Du 18 au 25 mai 2024 - Voyage Torremolinos

Prix 1.180€ - inscriptions auprès de Bruno

Programme des marches

Groupe de 10/12 kms

Groupe 2 heures

Groupe 1heure

Septembre

Me 13	La Hume / Port de Larros Rdv Parking bar de la plage La Hume	Plage de La Hume
Lu 18	Lamothe / Balanos Rdv Parking Relais nature Lamothe	
Me 20	Casino / Piscine La Teste Rdv Parking aire de jeux ânes Casino Gujan Mestras	La Chêneraie Rdv : Parking La Chêneraie
Lu 25	Camicas Rdv Parking marché de La Teste côté salle P. Gravey	
Me27	Lillet Direction Salles. Prendre la 1ère rue à gauche après les feux de Lillet. Rdv Parking 100m à gauche après l'école	Port du Rocher Rdv Parking de la Chêneraie côté La Hume

Octobre

Lu 2	Petit Nice Rdv Parking gauche plage du Petit Nice		
Me 4	Criée Arcachon / Péreire Rdv Parking port de pêche Arcachon		Prés salés La Teste Rdv Cabane à Pinpin
Lu 9	Lamothe / Port de Biganos Rdv Parking Relais nature Lamothe		
Me 11	La Chêneraie / Piscine de La Teste Rdv Parking La Chêneraie côté La Hume		Lac de la Magdeleine Rdv Aux ânes
Lu 16	Le Teich / Camps Rdv Parking rond point de Camps entrée Le Teich avenue de Bordeaux côté Gujan		
Me 18	Prés salés Arès Rdv Parking tour de la place de Arès	Prés salés La Teste/St Ferdinand Rdv Parking Cabane à Pinpin Port de la Teste	Port de Larros Rdv Gare de Gujan Côté marché
Lu 23	Arcachon / Le Moulleau Rdv Parking en face du Tennis Club d'Arcachon		
Me 25	Salles / Argilas Rdv Parking ancienne scierie à gauche entrée de Salles	La Corniche / Super Pyla Rdv Parking hôtel ETCHEA av du Banc d'Arguin Le Pilat	Port du Teich Rdv au port
Lu 30	Lamothe / Balanos Rdv Parking Relais nature Lamothe		