

RANDO-LOISIRS LES OYATS

Programme AVRIL MAI JUIN 2024



Association Rando-Loisirs les Oyats
Bassin d'Arcachon
30 av. de la forêt
33470 Arès

Renseignements
Jean Paul ARAY ☎ 06 43 07 06 85
Jacqueline FOLLET ☎ 06 10 93 40 32

A L'ATTENTION DES RANDONNEURS

- Tout nouveau randonneur se présente à l'animateur avant le départ de la randonnée.
- Le randonneur doit pouvoir suivre le rythme et ne participer qu'à des randonnées pour lesquelles il est apte physiquement.
 - L'animateur informe le groupe sur le profil du terrain et les éventuelles difficultés de la randonnée.
- L'animateur, assisté d'un serre-file pour la conduite du groupe, suit les conditions de la randonnée telle qu'elle est indiquée sur le programme, sauf cas de force majeure. Il donne le rythme de la randonnée et fixe les pauses.
 - Pour votre sécurité, l'animateur peut déconseiller à certains de participer à la randonnée.
- Pour la sécurité, lors de la randonnée, les participants doivent toujours rester derrière l'animateur et respecter ses consignes,

IMPORTANT

En cas d'alerte orange ou rouge de Météo France (Forte pluie, grand vent, chaleur intense, submersions...), les randonnées prévues peuvent être annulées. En cas de doute et avant de vous rendre sur le lieu de rendez vous, il est conseillé de téléphoner à l'animatrice ou l'animateur.

RAPPEL

L'adhérent qui amène des invités prévient l'animateur au préalable afin d'obtenir son accord.

Joyeuses Pâques



CALENDRIER DU MOIS D'AVRIL 2024

L'heure de rendez vous est toujours fixée au moins 15 mn avant le départ de la randonnée.

Coordination rando:

Lundis et Mercredis 8/9 km: Jean Paul ARAY - 06 43 07 06 85
 Lundis Mardis Mercredis 10/12 km : Jacqueline FOLLET - 06 10 93 40 32
 Jeudis 5/6 km : Jacqueline FOLLET—06 10 93 40 32

Date	Lieu de la rando	Lieu de Rendez-vous	Heure départ	Distance en km	Allure rando	Animateur	Téléphone	
02/04	M	LAUROS	Pas du Bouc	9h	10/12	Normale	Francine PAJAU	06 17 72 69 37
03/04	M	BIGANOS	Eglise	9h	10/12	Normale	Isabelle ROUDGE	06 37 74 35 29
		ANDERNOS	Stade de Football	9h30	8/9	Modérée	André DALGALARRROND	07 61 09 86 62
04/04	J	AUDENGE	Le Port	9h30	5/6	Douce	Jean-Pierre TEMPLE	06 22 18 58 26
08/04	L	TAUSSAT	Port Fontainevieille	9h	10/12	Normale	Alain LEMAINQUE	06 82 01 31 08
		ANDERNOS	Port Quinconces/ le Coulin	9h30	8/9	Modérée	Olivier BOUSSON	06 88 09 03 93
09/04	M	LE CANON	Le Grand Orme	9h	10/12	Normale	Catherine LE PLUART	07 80 04 34 95
10/04	M	ANDERNOS	Eglise Saint-Eloi	9h	10/12	Normale	Christian LAGUILLON	06 08 63 74 30
		LEGE Bourg	Lac de Bénédicte Route d'Ignac	9h30	8/9	Modérée	Jean-Pierre MINARD	06 64 75 23 83
11/04	J	CASSY	Plage	9h30	5/6	Douce	Lydia ALBARTE	06 67 37 71 75
11/04	J	14h30 - Visite des Echoppes Bordelaises - Complet						
15/04	L	CASSY	Plage	9h	10/12	Normale	Lydia ALBARTE	06 67 37 71 75
		LANTON	Plage Suzette	9h30	8/9	Modérée	Jean-Paul ARAY	06 43 07 06 85
16/04	M	AUDENGE	Le Port	9h	10/12	Normale	Maurice SUSZ	06 71 62 41 18
17/04	M	LEGE Bourg	EHPAD Les Sylves Avenue de Lescourre	9h	10/12	Normale	Jean-Paul ARAY	06 43 07 06 85
		LEGE Bourg	Derrière la Mairie	9h30	8/9	Modérée	Michel DURAND	06 38 65 35 26
18/04	J	TAUSSAT	Vieux Port	9h30	5/6	Douce	Luc MAUCONDUIT	06 72 52 06 63
20/04	S	Randonnée des OYATS au CLAOUEY (Voir infos page 5)						
21/04	D	Semi-Marathon au CLAOUEY (Voir infos page 5)						
22/04	L	LA VIGNE	Le Port	9h	10/12	Normale	Jacqueline FOLLET	06 10 93 40 32
		CLAOUEY	Super U	9h30	8/9	Modérée	Agnès TEMPLIER	06 70 77 42 69
23/04	M	LANTON	Bassin de Baignade	9h	10/12	Normale	Alain LEMAINQUE	06 82 01 31 08
23/04	M	Rando CAP 33 à ARES (Voir infos page 5)						
24/04	M	CLAOUEY	Super U	9h	10/12	Normale	Agnès TEMPLIER	06 70 77 42 69
		ANDERNOS	Port du Béthey	9h30	8/9	Modérée	Jean MEYRUEIX	06 76 61 17 86
25/04	J	LEGE	Pont de Bredouille	9h30	5/6	Douce	Arlette MONTET	06 63 05 61 26
25/04	J	14h30 - Visite des Echoppes Bordelaises - Complet						
29/04	L	ANDERNOS	Port du Bétey	9h	10/12	Normale	Claude MASSON	06 67 13 71 20
		MIOS	Parc Birabeille Allée de la Plage	9h30	8/9	Modérée	Jean-Pierre BLOIS	06 24 71 58 30
30/04	M	ANDERNOS	Port Quinconces/ Le Coulin	9h	10/12	Normale	Bernard BASSET	06 79 57 76 89



CALENDRIER DU MOIS DE MAI 2024

L'heure de rendez vous est toujours fixée au moins 15 mn
avant le départ de la randonnée.

Coordination rando:

Lundis et Mercredis 8/9 km: **Jean Paul ARAY - 06 43 07 06 85**
Lundis Mardis Mercredis 10/12 km : **Jacqueline FOLLET - 06 10 93 40 32**
Jeudis 5/6 km : **Jacqueline FOLLET—06 10 93 40 32**

Date		Lieu de la rando	Lieu de Rendez-vous	Heure départ	Distance en km	Allure rando	Animateur	Téléphone
02/05	J	AUDENGE	Château de Certes	9h30	5/6	Douce	Jean-Pierre TEMPLE	06 22 18 58 26
06/05	L	L'HERBE	Cimetière	9h	10/12	Normale	Daniel JEAN-VALFREY	06 20 67 88 77
		LEGE Cap Ferret	Parking La Garonne Rte du Truc Vert	9h30	8/9	Modérée	Jean-Pierre MINARD	06 64 75 23 83
07/05	M	CAP FERRET	Plage de l'Horizon	9h	10/12	Normale	Catherine LE PLUART	07 80 04 34 95
09/05	J	Randonnée au Lac de Sanguinet avec Luc Mauconduit (voir infos page 5)						
13/05	L	LAMOTHE	Relais Nature	9h	10/12	Normale	Maurice SUSZ	06 71 62 41 18
		BIGANOS	Le Port	9h30	8/9	Modérée	Luc MAUCONDUIT	06 72 52 06 63
14/05	M	AUDENGE	Le Port	9h	10/12	Normale	Maryse DURET	06 60 11 75 73
15/05	M	LANTON	Bassin de baignade	9h	12,3 km	Normale	Christian LAGUILLON	06 08 63 74 30
		TAUSSAT	Vieux Port	9h30	8/9	Modérée	Olivier BOUSSON	06 88 09 03 93
16/05	J	LEGE	Derrière la Mairie	9h30	5/6	Douce	Michel DURAND	06 38 65 35 26
21/05	M	GRAND PIQUEY	La Pointe aux Chevaux	9h	10/12	Normale	Francine PAJAU	06 17 72 69 37
22/05	M	LES JACQUETS	Lot. Dune Blanche	9h	10/12	Normale	Jean-Paul ARAY	06 43 07 06 85
		PETIT PIQUEY	Eglise	9h30	8/9	Modérée	Francine PAJAU	06 17 72 69 37
23/05	J	TAUSSAT	Port de Fontevieille	9h30	5/6	Douce	Jean MEYRUEIX	06 76 61 17 86
25/05	S	Foulée des Bâines/Rando des Bâines - LEGE - LE CROHOT (voir infos page 5)						
27/05	L	ARES	Port Ostréicole	9h	10/12	Normale	Lucien TEMPLIER	06 77 90 70 56
		CLAOUEY	Super U	9h30	8/9	Modérée	Michel DURAND	06 38 65 35 26
28/05	M	ANDERNOS	Cimetière	9h	10/12	Normale	Bernard BASSET	06 79 57 76 89
29/05	M	AUDENGE	Eglise	9h	10/12	Normale	Maurice SUSZ	06 71 62 81 18
		LEGE	Rond Point TE de LEGE Avant cabane des Résiniers	9h30	8/9	Modérée	Lucien TEMPLIER	06 77 90 70 56
30/05	J	LANTON	Plage Suzette	9h	5/6	Douce	Jean-Paul ARAY	06 43 07 06 85



CALENDRIER DU MOIS JUIN 2024

L'heure de rendez vous est toujours fixée au moins 15 mn
avant le départ de la randonnée.

Coordination rando:

Lundis et Mercredis 8/9 km: Jean Paul ARAY - 06 43 07 06 85
Lundis Mardis Mercredis 10/12 km : Jacqueline FOLLET - 06 10 93 40 32
Jeudis 5/6 km : Jacqueline FOLLET—06 10 93 40 32

Date		Lieu de la rando	Lieu de Rendez-vous	Heure départ	Distance en km	Allure rando	Animateur	Téléphone
03/06	L	CLAOUEY	Super U	9h	10/12	Normale	Agnès TEMPLIER	06 70 77 42 69
		ANDERNOS	Port du Bétey	9h30	8/9	Modérée	Dominique DALGALARRONDO	06 63 68 04 38
04/06	M	L'HERBE	Chapelle Algérienne	9h	10/12	Normale	Catherine LE PLUART	07 80 04 34 95
05/06	M	CAP FERRET	Mimbeau Pjare Cap Ferret Bld de la Plage	9h	10/12	Normale	Jacqueline FOLLET	06 10 93 40 32
		CLAOUEY	Jane de Boy 22, Av. des Goélands	9h30	8/9	Modérée	Jean-Pierre MINARD	06 64 75 23 83
06/06	J	CLAOUEY	Super U	9h30	5/6	Douce	Arlette MONTET	06 63 05 61 26
08/06	S	Rando-repas Château Lalande LISTRAC MEDOC avec Jacqueline FOLLET (voir infos page 5)						
10/06	L	LE TEICH	Le Port	9h	10/12	Normale	Maryse DURET	06 60 11 75 73
		TAUSSAT	Le Vieux Pot	9h30	8/9	Modérée	Olivier BOUSSON	06 88 09 03 93
11/06	M	ANDERNOS	Le Bétey	9h	10/12	Normale	Jean MEYRUEIX	06 76 61 17 86
12/06	M	ARES	Port Ostréicole	9h	10/12	Normale	Lucien TEMPLIER	06 77 90 70 56
		ANDERNOS	Port Quinconces/ Le Coulin	9h30	8/9	Modérée	Dominique DALGALARRONDO	06 63 68 04 38
13/06	J	ANDERNOS	Stade de football	9h30	5/6	Douce	André DALGALARRONDO	07 61 09 86 62
17/06	L	CLAOUEY	Super U	9h	10/12	Normale	Jean-Paul PARRE	06 87 08 48 98
		MIOS	Place Birabeille Allée de la plage	9h30	8/9	Modérée	Maïté LAGARDE	06 19 68 79 94
18/06	M	AUDENGE	Château de Certes	9h	10/12	Normale	Daniel JEAN-VALFREY	06 20 67 88 77
19/06	M	LES JACQUETS	Lot. Dune Blanche	9h	10/12	Normale	Jean-Paul ARAY	06 43 07 06 85
		LES JACQUETS	Lot. Dune Blanche	9h30	8/9	Modérée	Jacqueline FOLLET	06 10 93 40 32
20/06	J	BIGANOS	Le Port	9h30	5/6	Douce	Luc MAUCONDUIT	06 72 52 06 63
24/06	L	LANTON	Bassin de baignade	9h	10/12	Normale	Jean MEYRUEIX	06 76 61 17 86
		AUDENGE	Le Port	9h30	8/9	Modérée	Maryse DURET	06 60 11 75 73
25/06	M	ANDERNOS	Stade de football	9h	10/12	Normale	Bernard BASSET	06 79 57 76 89
26/06	M	CASSY	Plage	9h	10/12	Normale	Alain LEMAINQUE	06 82 01 31 08
		LEGE Bourg	Derrière la mairie	9h30	8/9	Modérée	Michel DURAND	06 38 65 35 26
27/06	J	ARES	Plage Saint Brice	9h30	5/6	Douce	Jacqueline FOLLET	06 10 93 40 32

INFORMATIONS

LES COURSES DE LA PRESQU'ILE DE LÈGE CAP-FERRET

Samedi 20 et dimanche 21 avril 2024

Randonnées des Oyats et Semi-Marathon à CLAOUEY

Recherche de bénévoles - Renseignements et inscriptions auprès de Jacqueline Follet au 06 10 93 40 32

Samedi 25 mai 2024

Foulée des Baïnes Lège Océan - Le Crohot

Recherche bénévoles - Renseignements et inscriptions auprès de Jacqueline Follet au 06 10 93 40 32

Mardi 23 avril 2024 CAP 33 À ARÈS

RDV à 9 h 30 plage de Saint-Brice à ARES. Randonnée 8/9 km.

S'inscrire à l'office de tourisme d'ARES 05 56 60 18 07

Animatrice : Jacqueline FOLLET.

Jeudi 9 mai 2024 LAC DE SANGUINET

Randonnée d'environ 12 km aux abords du Lac de Sanguinet (40)

Animateur Luc MAUCONDUIT

RDV à 9h15 parking plage des Aigrettes (Chemin de Sabas)

Retour aux voitures pour le piquenique.

S'inscrire auprès de Luc MAUCONDUIT par SMS au 06 72 52 06 63

Samedi 8 juin 2024 LES CHÂTEAUX MÉDOCAINS

Agréable randonnée de 6,5 km à la découverte de deux châteaux médocains (Beychevelle et Ducru Beaucaillou) et de l'estuaire avec ses carrelots.

RDV à 9 h 15 : Port de Beychevelle (33)

Retour aux voitures pour rejoindre le Château Lalande à LISTRAC MEDOC (journées portes ouvertes) où nous pourrons déjeuner.

S'inscrire auprès Jacqueline FOLLET par SMS au 06 10 93 40 32.

WEEK- END PRUNES A LA FERME DU PLESSIS

Du 31 août au 1 septembre 2024

Animatrice : Lydia Albarte



Venez faire le plein de prunes d'ente dans le Lot-et-Garonne

Lydia Albarte propose un week-end original comprenant :

Samedi : l'après-midi, visite guidée du château de Biron.

Dimanche : le matin, randonnée de 10/12 km suivie d'un pique-nique à la ferme du Plessis et l'après-midi ramassage des prunes d'ente, délicieuses pour les confitures.

Hébergement : en maisonnette individuelle (4 personnes) à la résidence du lac à Monflanquin (environ 40 €/personne).

Pour s'inscrire : envoyer un chèque de 10 € (sans ordre)

à

Lydia Albarte
16 avenue des Magnolias
33138 LANTON

Inscriptions avant le 15 juin au plus tard

Places limitées à 20 participants

SÉJOUR RANDONNÉE AU CŒUR DU CANTAL

du 8 au 15 juin 2024

**En raison de désistements
encore 2 places disponibles**

Animateur : Maurice Susz



**7 nuits au Gîte-hôtel Bellevue
à Laveissière*
en pension complète.**

**5 jours de randonnées encadrées par
un guide professionnel diplômé
+ 1 journée libre**

**Départ le matin avec les pique-niques,
retour à l'hôtel en fin d'après-midi.
Transferts sur les lieux de départ et
d'arrivée des randonnées en minibus.**

Forfait hébergement + randonnées

en chambre double : 695 Euro/personne

Programme détaillé et inscriptions :

par téléphone ou SMS au 06 71 62 41 18

par mail : maurice.susz@randoloisirslesoyats.com



**Au cœur du village de Laveissière, à mi-chemin entre Murat et la station du Lioran, Florence et Luc vous accueillent dans leur gîte-hôtel de montagne face au plan d'eau. 16 chambres de 1-2-3 ou 4 personnes avec Bain ou Douche et WC particuliers, téléphone. Réception, cheminée, bar, salon détente, salon TV (pas de TV dans les chambres), billard, bibliothèque. Terrasse et grand jardin fleuri.*