

LE RETRAITÉ SPORTIF

**Bulletin d'information trimestriel du
Comité départemental de la Retraite Sportive
de Seine-et-Marne (CODERS 77)**



La rentrée de la saison sportive 2021/2022 s'achève. Après des moments pour le moins inquiétants voire désespérants au regard du nombre des adhésions et de la vie associative en général, il est heureux de constater qu'en ce moment, le moral est de retour dans les clubs.

Les "anciens", pour une très grande part d'entre eux, sont de retour, et il est heureux de constater qu'un nombre conséquent de "jeunes" apparaissent. Certes, l'âge légal de la retraite interroge sur l'entrée au sein de la fédération, mais il faut être confiant car le brassage "intergénérationnel" des retraités s'opère bien.

Les nouvelles équipes dirigeantes, issues des précédents renouvellements de 2021, se sont mises à l'œuvre à tous les échelons des structures territoriales de notre fédération.

De nouvelles mesures fédérales verront le jour au cours des mois à venir. Vous pourrez en prendre connaissance en consultant les sites internet indiqués ci-dessous.

Les seniors du CODERS ont toutes les raisons de réussir cette belle période de leur vie grâce à l'amitié, au dynamisme et à la bonne humeur que chacun peut trouver au sein de son club et au CODERS.

Merci à tous les bénévoles dirigeants et animateurs qui consacrent leur temps et leur compétence au

Vous pouvez retrouver ce bulletin, ainsi que les précédents, en couleur, sur le site internet du CODERS : <http://www.coders77.com>
Connectez vous également sur les sites de
- la FFRS : www.ffrs-retraite-sportive.org
- du CODERS Ile de France : www.coders-idf.fr
(retraite sportive francilienne).

bon fonctionnement de nos associations.

Que cette nouvelle année 2022 vous soit douce et agréable et continuez à bien vous préserver.

En toute amitié..

Christian BARTHE

ADRESSE

LE RETRAITE SPORTIF - CODERS 77

Directeur de publication : Christian BARTHE

Rédacteur en chef : Christian BARTHE

ISSN : 2429-5000

ISSN : 2430-4131 (en ligne)

Tiré à 230 exemplaires

Imprimeur : ACS LE MEE SUR SEINE

Dépôt légal : janvier 2022



Infos flash



Les formations

Sauf nouvelles directives contraignantes, toutes les formations initiales, continues et autres actuellement programmées devaient pouvoir se tenir au cours de 2022 et en particulier au 1^{er} trimestre 2022 où l'engagement fédéral des instructeurs est très important.

Les consignes sanitaires : rappel

Actuellement, toutes les activités sont autorisées, sans limitation du nombre de participants.

En ce qui concerne le pass sanitaire :

- Il ne vous est pas demandé pour prendre notre licence
- Il n'est **pas exigé** pour les activités qui se déroulent en **extérieur** sur le **domaine public** pour par exemple la randonnée, la marche nordique, les activités cyclistes.
- Il est **obligatoire** et doit **être présenté à chaque séance** pour les activités qui se déroulent **en salles** (gymnases, salles polyvalentes, piscines couvertes) et en plein air sur les stades et les piscines de plein air.

Votre club applique les consignes de la fédération, elle-même s'alignant sur celle du ministère chargé des sports, son ministère de tutelle.



Séjours 2022 et après

L'année 2022 proposera QUATRE séjours aux adhérents licenciés du CODERS : MONTGENEVRE (janvier) et PIRIAC (en mai - report 2020), ainsi que deux nouveaux : SAINTE-MONTAINE-EN-SOLOGNE (18) pour les cyclistes en mai et SAINT-CAST-LE-GUILDON (22) pour les randonneurs et cyclistes en septembre.

Tous les éléments concernant ces derniers séjours sont dans les pages suivantes.

Un appel à volontaires est lancé pour proposer des projets de séjours pour 2023. La commission séjours se tiendra en avril 2022. Vous pouvez contacter le référent tourisme Robert MOREAU de la RSAG.

Développement

La crise COVID a porté un coup sérieux aux recrutements et renouvellement des licences. Après avoir été 2 122 lors de la saison 2019/2020, puis 1 602 lors de celle de 2020/2021, une reprise franche est enregistrée (1 663 au 15/12/2021) par l'arrivée de primo-adhérents.

Les modalités d'organisation des activités ont trouvé leur nouveau rythme.

Gardons l'espoir d'une franche et nette amélioration, malgré les quelques signes peu encourageants du moment présent.

Assemblées générales

L'AG du CODERS a eu lieu le jeudi 09 décembre 2021 à MELUN (espace Marinelli). Une centaine de licenciés y ont participé ainsi qu'au pot de l'amitié qui suivait.

Rendez au 4^e trimestre 2022, en souhaitant un retour des festivités traditionnelles.

Bureau du CODERS :

Président : Christian BARTHE - 01 64 52 40 50
Secrétaire : Michèle PATRIARCA - 01 64 71 07 14
Trésorier : Emilio PASCULLI - 01 77 03 21 81

In memoriam

Alors que le précédent journal (octobre 2021) était en cours d'impression, un de nos plus anciens et fidèle animateur du club Sénart-Brie, Bernard GAUTHIER s'est allé, à l'âge de 93 ans, en toute discrétion, à PARIS, où ses funérailles ont été célébrées le 10 septembre 2021.

Toujours disponible pour encadrer les sorties rando du CODERS puis les balades de son club, membre du comité directeur club de nombreuses années, optimiste devant l'Eternel, il laissera un souvenir impérissable auprès des adhérents de son club et au-delà.

Merci pour toute votre action au CODERS.



AVIS DE TEMPETE

RAPPEL aux randonneurs et cyclistes : en cas d'alerte météo rouge ou orange diffusée la veille, les sorties programmées sont annulées (**même si l'alerte est levée dans la nuit**).

Le CODERS déclinera toute responsabilité vis-à-vis des adhérents qui passeraient outre.

Impressions de séjours

Rando pédestre et cyclo à TREGUNC (29) du 06 au 13 septembre 2020

47 participants (34 randonneurs et 13 cyclistes) provenant de 5 clubs du CODERS se retrouvent, prêts à découvrir les plages de sable du Sud Finistère et son arrière-pays, permettant ainsi un heureux mélange entre nordistes et sudistes du département. Compte tenu de la période particulière que nous vivons, l'accent mis d'emblée en début de séjour sur l'importance du respect des gestes barrières que tous les participants respecteront scrupuleusement.

Organisés en un ou deux groupes selon les jours, les randonneurs ont pu sillonner sur le fameux GR34 ou Sentier des douaniers l'intérieur du pays et découvrir la Forêt Fouesnant, Concarneau, la pointe de la Jument, la pointe de Trévignon ainsi que les rives de l'Aven. Départs et pique-niques sont communs aux deux groupes et donnent lieu à de bons échanges lors des déjeuners. Les cyclistes ne sont pas en reste.



Organisés eux aussi en deux groupes, chacun a pu trouver son plaisir et sa distance. Tous ont bénéficié des conseils avisés du « local de l'étape », Michel, qui connaissait parfaitement les lieux. Les mauvaises langues, persifflant la météo bretonne, en ont été pour leurs frais ; un beau temps estival nous a accompagné tout le séjour. Les repas, copieux et variés, ont régalié l'ensemble du groupe, principalement le dernier soir où il n'était pas question de partir sans déguster un superbe plateau de fruits de mer, qui a fait l'unanimité.

Mes remerciements à tous nos animateurs, officiels ou non, Michel et Samuel pour les cyclos, Christian et Emmanuelle pour les randos et balades qui m'ont aidé à mener ces activités et procurer du plaisir à tous les participants.

D'après Alain SCHUMACKER

TREGASTEL (22) - Randonnée pédestre - 13 au 19 septembre 2020

Une fois de plus, 50 adhérents du Coders 77 émigrent en Bretagne en septembre 2020. Les 2 animateurs Liliane et Jean- Marc ont préparé un programme étoffé et documenté. Merci à eux pour leur dévouement, leur disponibilité et leur courage en ces temps de "covid". Nous avons été hébergés dans un village Belhambra (situé idéalement près de la plage) à TREGASTEL dans les côtes d'Armor. Cette station nous a séduit surtout par la beauté de sa côte et l'étrangeté de ses rochers. Le temps a été très favorable pendant les 4 premiers jours et ensuite une petite touche bretonne a apporté du vent et un peu de brume mais pas de pluie. Les repas sont excellents et au self-service la tentation est forte. Que retenir du séjour ?

- le sentier des douaniers, sans doute le plus beau parcours de la côte bretonne avec ses rochers rouges ou gris aux formes curieuses ;

- le tour de l'île de Bréhat (île aux fleurs) en bateau et le cheminement après débarquement sur des chemins interdits aux voitures ;

- l'excursion en mer autour des 7 îles, réserve ornithologique où nous avons pu approcher 45 000 fous de Bassan et autres oiseaux marins. Y résident aussi, des phoques moines aperçus de loin.

- la visite du Radôme de Pleumeur Bodou et de son musée qui retrace un siècle d'inventions et de progrès technologiques dans le domaine des télécommunications.

- la randonnée au sillon de Talbert, étroite langue de sable et de galets entourée de récifs.

- l'arrêt à Plougrescant à la curieuse chapelle surmontée d'une flèche en plomb inclinée. Auparavant, la balade en bord de mer nous a permis d'admirer les maisons adossées ou entourées d'énormes rochers ainsi que le Gouffre, profonde entaille dans un chaos énorme.

L'aspect culturel n'a pas été omis puisque nous avons visité Lannion, son quartier médiéval et son église perchée atteinte après une escalade de 142 marches. Dans la crypte, "la Mise au tombeau" avec des personnages grandeur nature valait le détour. Vue aussi, la ville de St Yves, Tréguier et son ensemble séduisant avec sa cathédrale, son cloître, ses ruelles et ses maisons à pans de bois.

Bref, un excellent séjour.



D'après Edmond MAUREL

Le LIORAN (Cantal) - Randonnée pédestre - du 19 au 26 juin 2021

Après de nombreuses incertitudes liées à la crise sanitaire, le séjour prévu en juin à la station du Lioran dans le Cantal a pu se dérouler dans les meilleures conditions. Le village de vacances situé face au Plomb du Cantal nous a réservé un accueil chaleureux. Au programme, randonnées pédestres, visites touristiques, cyclisme, étirements pour récupérer. En prime, piscine, sauna, hammam sont mis à notre disposition par le centre de vacances.



Pour les 42 participants se fût un moment important de partage et un retour à une vie sociale dans le respect des règles sanitaires et cela malgré un temps capricieux nous obligeant à modifier au jour le jour notre programmation d'activités. Séjour inoubliable et qui a profité à tous. Encore merci aux organisateurs et en attente du prochain séjour.

D'après Jack Mora

Nouveaux séjours pour 2022

15 au 19 MAI 2022 - SAINTE MONTAINE en SOLOGNE (18) **COURT SÉJOUR CYCLOTOURISME**

Pas très loin de chez nous, vous roulez tranquillement dans cette région calme et boisée au relief peu accidenté. La Sologne au printemps, c'est très charmant.

Hébergement au village AZUREVA sur un vaste domaine de 14ha avec un étang de 4ha.

Au départ de SAINTE MONTAINE, nous pourrions sans difficulté nous projeter vers des Châteaux de la Loire, le vignoble de Sancerre, la ville de Bourges,

L'activité sera encadrée avec bienveillance par Guy et Samuel, tous deux habilités FFRS.

Les vélos à assistance électrique seront également admis.

Circuits empruntés sur essentiellement des routes bitumées.

Les non-cyclistes pourront profiter du cadre convivial, participer aux visites et apporter si besoin leur aide pour les déplacements et l'assistance

Séjour ouvert aux licenciés FFRS.

Tarif pension complète : 215,00 € hors options

Renseignements et inscription : Samuel GALANTH, 30 rue Jean JAURES - 77300 FONTAINEBLEAU

Téléphone : 06 70 68 62 16 - Courriel : galtheo@orange.fr



ST-CAST-LE-GUILDON (22) - RANDO PÉDESTRE ET CYCLOTOURISME -

du 11 au 18 SEPTEMBRE 2022

Entre Saint-Malo et Saint-Brieuc, Saint-Cast-le-Guildon est une adorable petite station balnéaire.

Le village VVF "La Côte d'Émeraude" est situé face à la mer avec un accès direct. Il offre également une piscine chauffée.

Ce secteur du littoral nord breton possède un important potentiel touristique que nous découvrirons et apprécierons au travers nos deux activités de prédilection, randonnée pédestre et cyclotourisme, qui seront encadrées par une équipe renforcée d'animateurs habilités FFRS.

Les vélos à assistance électrique seront aussi admis et les capacités physiques de chaque participant prises en compte.

Pension complète - Hébergement : chambre double - Option chambre individuelle - Linges de toilette et de lit fournis

Tarif : 505,00 € hors assurance et options

Effectif minimum : 42 participants titulaires de la licence FFRS

Renseignements et inscription auprès de: Samuel GALANTH,

Adresse: 30 rue Jean JAURES - 77300 Fontainebleau

Téléphone : 06 70 68 62 16 - Courriel : galtheo@orange.fr





Les membres du comité directeur, vos animateurs et animatrices vous souhaitent de joyeuses fêtes de fin d'année et vous adressent tous leurs meilleurs vœux pour l'année 2022.

Les conditions sanitaires actuelles doivent nous inviter au **plus grand respect des règles des protocoles sanitaires** quelque soient les "libertés" dont nous disposerons en particulier pour le covoiturage.

RANDONNEURS et RANDONNEUSES : pour votre confort et votre sécurité les chaussures de randonnée sont indispensables. Emportez boisson et petit encas.
Rendez-vous sur site à 9 heures 30.

CYCLISTES : le port du CASQUE est OBLIGATOIRE pour toutes les sorties au sein du CODERS. Pour votre sécurité, il vous est vivement conseillé de porter une tenue cycliste bien visible des automobilistes.

N'oubliez, ni votre licence ni votre carte vitale.

En cas d'alerte météo rouge ou orange la randonnée et le cyclo sont annulés

CYCLOTOURISME

MOIS	DATE	LIEU	OBSERVATIONS
J A N V I E R	VENDREDI 07	<u>13 heures 30 :</u> SAMOREAU Parking grange aux dimes	<u>avec vos</u> <u>ANIMATEURS</u>
	VENDREDI 14		
	VENDREDI 21		
	VENDREDI 28		
F E V R I E R	VENDREDI 04	<u>13 heures 30 :</u> Forêt de FONTAINEBLEAU Parking du Carrefour de la Croix du grand maître	
	VENDREDI 11		
	VENDREDI 18		
	VENDREDI 25		
M A R S	VENDREDI 04	<u>13 heures 30 :</u> CHAILLY EN BIERE Parking direction Barbizon	
	VENDREDI 11		
	VENDREDI 18		
	VENDREDI 25		



Randonnées Pédestres 2022

1er trimestre - janvier février mars

Mardi 9h30 - 12h En cas d'alerte météo rouge ou orange, le lundi soir, rando annulée

4-janv.	Tous les Clubs	Arbonne - Parking de la Canche aux Merciers - D64-P108	N1 Antoine N2 Gérard N3 Jacky	Jean-Jacques Maryse Christian V	Jean B	Patrice V
11-janv.	RSMVS	Arbonne – La Feuillardière	N1 Jean-Jacques N2 Dominique N3 Maryse	Patrice V	Yves	Serge
	RSSB	Chemin de la Sapinière D409-P 95/97	N1 Jean-Michel C N2 Lucien S N3 Guy L	Bertrand	Christian R	Louis
18-janv.	RSMVS	Platières d'Apremont Route de Sully	N1 Antoine N2 Christian V N3 Bernard DC	Dominique Xavier	Fabrice	Christian R
	RSAG	Gorge aux Néfliers – P 717	N1 Rhona N2 Guy L N3 Patrick	Louis	Serge	
25-janv.	RSMVS	Fontainebleau - Carrefour du Coq	N1 Antoine N2 Christian V N3 Jean B	Jean Marc	Yves	Fabrice
	RSB	La Faisanderie - D409 -P108	N1 Jean-Jacques N2 Jean-Michel C N3 Bruno C	Christian R	Louis	
1-févr.	RSMVS	Noisy sur Ecole- Parking des	N1 Rhona N2 Gérard N3 Guy L	Yves Xavier	Jean B	Patrick
	RSFP	3 Pignons Cimetière D 16 – P 140	N1 Muguet N2 Lucien S N3 Christian R	Bertrand	Serge	
8-févr.	RSMVS	Carrefour de l'Epine	N1 Antoine N2 Fabrice N3 Christian V	Patrice V	Jean-Jacques	Yves
	RSSB	D 607 (RN7) – P705/883	N1 Guy L N2 Jean Marc N3 Christian R	Louis	Jean-Michel C	Jacky
15-févr.	RSMVS	Cabaret Masson	N1 Christian R N2 Yves N3 Bernard DC	Christian V	Patrice V	Bruno C
	RSAG	D 306(ex RN6) P 246	N1 Jean-Jacques N2 Jean Marc N3 Guy L	Serge		
22-févr.	Tous les Clubs	Arbonne – Carrefour des fusillés- plaine de				
		Chanfroy - D64 - P77				
22-févr.	Tous les Clubs	Barbizon - Parking du Bas Bréau - P713/714	N1 Jean B N2 Maryse N3 Patrice V	Antoine Jean Marc Jacky	Bruno C	Fabrice
1-mars	Tous les Clubs	Platières d'Apremont Route de Sully	N1 Antoine N2 Jean Marc N3 Maryse	Jean-Jacques Serge	Jean-Michel C	Xavier
8-mars	RSMVS	Bourron Marlotte Parking de la plaine verte D58	N1 Rhona N2 Maryse N3 Patrice V	Bertrand	Fabrice	
	RSB	P550	N1 Serge N2 Dominique N3 Patrick	Guy L	Louis	
15-mars	RSMVS	Grands Feuillards Route Ronde	N1 Antoine N2 Maryse N3 Patrice V	Dominique Christian V	Jean-Michel C	Yves
	RSFP	D 301 –P 636 - 634	N1 Muguet N2 Lucien S N3 Bernard DC	Bruno C	Bertrand	
22- mars Rando journée N3 aux 25 bosses Parking du cimetiere Noisy sur école départ à 8h30 , animateurs, Maryse,Christian V,Xavier						
22-mars	RSMVS	Croix de Toulouse D116/138-P236/366	N1 Jean-Jacques N2 Serge N3 Patrice V	Dominique	Fabrice	
	RSSB	Parking des grands Avaux	N1 Louis N2 Gérard N3 Guy L	Bruno C	Jacky	
29-mars	RSMVS	D75 direction Chevannes	N1 Antoine N2 Fabrice N3 Jean B	Alain L	Xavier	
	RSAG	Croix de Souvray D 152 – P 169 – P 658/659	N1 Bertrand N2 Lucien S N3 Guy L	Dominique	Patrick	Jacky
29-mars	Tous les Clubs	Milly la Forêt Parking				
		de la Boulignère D837 – P28 / 29				

Toute les randos : 2h30, tout terrain N1 : on a le temps -N2 : randonnée difficulté moyenne

N3 : randonnée soutenue avec difficultés

Prochaine réunion des animateurs de rando : lundi 14 février à 14h 30

EDITO

Nous tournons la page de l'année 2021 sans trop de regrets. Malgré les difficultés du début de l'année, nous avons tenu bon et repris nos activités en septembre avec l'aide du pass sanitaire. Grâce à votre compréhension, votre fidélité, nous avons retrouvé un grand nombre de nos adhérents à la rentrée et nos animateurs étaient prêts à reprendre toutes les activités. Nous avons pu programmer à nouveau, notre traditionnelle journée club en octobre, où vous êtes venus nombreux. La météo nous a été favorable et a contribué à la réussite de cette belle journée. Je remercie tous ceux qui ont participé à son organisation. Notre détermination, notre enthousiasme et un peu de prudence nous permettront, je l'espère, de poursuivre notre année sportive jusqu'en juin.

Le jeudi 3 Février 2022 se tiendra l'assemblée générale de notre club.

C'est le lieu et le moment pour chacun d'entre vous de prendre la parole, d'échanger, de partager. C'est aussi par votre présence, d'assurer votre soutien à tous les bénévoles, qu'ils soient animateurs ou membres du comité Directeur.

En attendant, voici 2022, une nouvelle année comme un chemin qui se dévoile ...

Au nom du comité directeur je vous souhaite une belle année, douce et sereine ainsi qu'une belle saison sportive....nous avons 365 jours pour la savourer ensemble.

Aline BRZAKOWSKI, votre présidente



MARCHE NORDIQUE T1 2022

Vendredi de 8h45 à 11 heures

Co-voiturage RDV 8h15
Parking du Mas au Mée ou CC La Villaubois Dammarie-Les-Lys

JANVIER

PLATIERES D'APREMONT, Route de Sully, Gorge aux Néfliers P 717

FEVRIER

CARREFOUR de L'EPINE FOREUSE D 115 P 827/832

MARS

La CROIX de TOULOUSE D 116/138 P 236/366

Responsable Bernard Laurent Tél. 06 33 59 73 89

PROMENADES PEDESTRES T1 2022

RDV le jeudi au Parking du MAS à 9H

Dates	Lieux
06 Janvier	LA ROCHETTE Stade
13 Janvier	BREVIANDE – Galette des Rois
20 Janvier	CESSON - Piscine
27 Janvier	DAMMARIE - Bois de la Rochette
03 Février	AG DU CLUB – Pas de promenades
10 Février	CARREFOUR de L'EPINE
17 Février	CESSON - Casino
24 Février	BOIS LE ROI – Maison Forestière
03 Mars	ROCHER CANON
10 Mars	SAVIGNY – Eco musée
17 Mars	LA ROCHETTE – Bords de Seine
24 Mars	LE MEE
31 Mars	FORÊT de ROUGEAU – Parking du Faisan

Responsable : Nicole BRIDENNE 01 60 68 69 18

DATES A RETENIR

Jeudi 03 février : AG du Club

Jeudi 10 mars : Découverte de l'enceinte de Philippe Auguste à Paris avec Antoine Cassar (Voir fiche inscription)

Dimanche 13 mars : Sortie à Paris avec Bernard Léger (Voir fiche inscription)

Sorties estivales avec Françoise Guillochon

Mercredi 6 juillet : l'Abbaye de REIGNY et les Grottes d'Arcy Sur Cure

Jeudi 18 août : Visite de la ville de TOUCY et de la Fabuloserie à DICY

Siège social : RSFP, en mairie, 185 route de Fontainebleau 77310- SAINT FARGEAU-PONTHIERRY

Courriel : rsfponthierry@gmail.com

Site : rsfp77.blogspot.com/

Le mot du Président

En dépit des difficultés sanitaires qui n'en finissent pas, nous pouvons nous féliciter de cette rentrée 2021.

Une légère remontée du nombre des adhérents s'est effectuée : Encourageons vivement les personnes de notre entourage à nous rejoindre.

Toutes les activités ont pu reprendre, excepté le cours d'aquagym à Poidatz. Les problèmes techniques y étant résolus, il ne nous reste qu'à espérer que les restrictions sanitaires n'entravent pas la reprise en janvier.

Nous sommes actuellement à la recherche d'une animatrice ou d'un animateur de gymnastique pour remplacer Chantale, partie à la retraite. En attendant, Christine assure « l'intérim ».

Le 25 novembre dernier, s'est tenue, « en présentiel » notre assemblée générale à laquelle vous avez, nombreux, participé, ce dont, nous vous remercions.

Qu'il était agréable de retrouver cette convivialité qui nous est chère !



Lors de notre AG, votre présence physique a permis de rendre hommage à **Didier Granger**, notre Président emporté par la COVID l'an passé. Les témoignages de ses amis, de sa famille, de sa compagne ont ému l'assemblée et fait remonter les souvenirs de chacun. Soyons certain que le souvenir de sa gentillesse et de sa disponibilité resteront bien présents.



Cette AG a été aussi l'occasion de conférer à **Jean Jubréaux** le titre bien mérité de Président d'honneur de notre club. C'est une reconnaissance pour tout le travail accompli à la Présidence du club pendant deux mandatures mais aussi l'occasion de lui exprimer toute notre reconnaissance pour les conseils avisés qu'il nous apporte quand le besoin se fait sentir.

Balades du vendredi : Pensez à vérifier sur le Blog ; ces dates et lieux peuvent être sujets à modifications.

Rendez-vous au parking du COSEC à 13h30

DATE	ANIMATEUR	LIEU DE BALADE	DATE	ANIMATEUR	LIEU DE BALADE
07/01	Gérard	Grands Aaux	18/02	JM Cas	Forêt de Rougeau Pavillon Royal
14/01	Rhona	Franchard	25/02	Guy B	Barbizon
21/01	JM Cas	Bois des joies parking entre Boissise la Bertrand et le Mée sur seine	04/03	Louis	Arboretum de Franchard
28/01	Louis	Carrefour de l' Epine	11/03	Gérard	Saint Sauveur (école)
04/02	Guy B	la glandée (Dammarie)	18/03	Rhona	Belle croix
11/02	Guy L	roches pere la musique (dep cosec)	25/03	Guy L	ponthierry (depart park 26 couleurs)

Très bonnes fêtes de fin d'année, entourés de ceux que vous aimez.

Excellente santé en 2022 ! Prenons soin de nous !

Rufino Fernandez (Président)
06 61 97 36 12

Jean Michel Humbert (Trésorier)
06 31 91 58 25

Philippe Dupont (Secrétaire)
06 35 51 75 12

Le mot du Président.

A moins de venir d'une autre planète, vous savez que la période est propice aux vœux de toutes natures. Mais c'est aussi pour l'équipe dirigeante, après une première année passée ensemble, le moment de se projeter dans l'avenir, tout incertain qu'il soit. Alors pour ma part, je vous dévoile mes trois souhaits.

Le premier est que les vagues de contamination que nous subissons soient de plus en plus faibles et espacées dans le temps. Ce qui laissera plus de temps pour la convivialité, le partage et le plaisir de se retrouver.

Le second est de voir de nouveaux bénévoles se proposer pour épauler celles et ceux qui vous offrent quasi quotidiennement la joie de nous retrouver pour pratiquer ensemble les activités qui nous procurent plaisir et bien-être. « J'ai des doutes, mais Pourquoi pas ». Nous sommes à votre écoute et vous aidons à franchir le pas en devenant animateur ou en épaulant le Comité Directeur. Attention, un club de bénévoles n'est pas éternel.

*Et pour finir, je vous souhaite, à toutes et à tous, **une excellente année 2022.***

Alain SCHUMACKER

Vive la Culture !!!

Après une saison 2020-2021 privée de sorties culturelles, nous avons renoué avec celles-ci depuis septembre 2021, et cela tout en respectant les règles sanitaires. Provins, ville médiévale, fut notre première destination, où nous nous retrouvâmes en groupe favorisant le lien social et la convivialité.

En Octobre nous visitâmes le château de Fontainebleau et ses secrets et en Novembre la Sorbonne et le Panthéon.

Toutes ces visites ont permis de nous retrouver et d'apprendre de nouvelles choses sur ces lieux de culture.

Malgré une situation sanitaire changeante, notre programme nous emmènera en Décembre dans les coulisses du Printemps Haussmann et sur 2022 bien d'autres visites sont prévues.

Nos adhérents sont nos plus fidèles supporters, nous encourageant et nous les en remercions.

Jack Mora



Quand rando rime avec souvenirs d'enfance

Le mardi 9 novembre dernier, Robert nous a organisé une rando sur les terres de notre enfance pour certains(es) d'entre nous : COULOMMIERS.

Nous traversons le Parc des Capucins où bambins nous nous amusions dans les bacs à sable disparus aujourd'hui pour une question d'hygiène. Ce parc magnifique abrite les ruines du château de la duchesse de Longueville qui servit de décor au roman « La Princesse de Clèves ». A la sortie du parc se trouvait une piscine qui après 53 ans de bons et loyaux services fut démolie en 2002. Le quartier a tellement changé qu'il est difficile de se rappeler où elle se trouvait.

Même les noms de certaines rues ont changé, prenant soit le nom d'un ancien maire, soit celui d'un ancien médecin.

Dans le théâtre municipal, construit en 1904, se déroulait la distribution des prix. Quelle fierté lorsque nous montions sur scène pour recevoir livres et couronne de lauriers. Louis de Funès y fit ses débuts en 1926 en tant qu'amateur. Un peu plus loin se dressait l'église Saint Denys démolie en 1968.

La rando de 13 km nous ramène le long du Grand Morin et la Promenade du bord de l'Eau où l'école maternelle qui nous a accueillis Roger et moi est identique à nos souvenirs.

Grâce à Robert, nous avons pu, après le pique-nique, visiter l'ancienne prison transformée en 2001 en bibliothèque municipale où 40 000 livres sont mis à la disposition du public. Avec Evelyne nous nous plongeons dans un livre qui retrace l'histoire de la ville avec de nombreuses photos qui font remonter à la surface nos souvenirs d'enfance.

Ah ! nostalgie quand tu nous tiens.

Elisabeth Leroy

Président : Alain SCHUMACKER - Tél : 06 07 75 84 20
Secrétaire : Béatrice SOUVERAIN - Tél : 06 82 33 65 10
Trésorier : Elisabeth LEROY - Tél : 06 17 95 87 30

rsmb.schumacker@gmail.com
clubrsmb@gmail.com
rsmb77tresorier@gmail.com



SENART - BRIE

Janvier
Février
Mars
2022

Toutes informations sur le Club :

<http://rssb.eklablog.com> et <https://www.facebook.com/RSSB77Combs>

Les vœux du Président

Souhaitons que l'année prochaine soit plus sereine que celle qui se termine et que nous verrons la fin de la pandémie.

Le Comité Directeur vous souhaite de bonnes fêtes de fin d'année.

Que l'année 2022 apporte à toutes et tous beaucoup de joie et de bonheur.

Rendez-vous début janvier pour la poursuite de nos activités dans la convivialité et la bonne humeur.

André DOMINGUEZ



Promenade parisienne du dimanche 27 mars 2022

Sur le thème :

Le village de Charonne et la dernière demeure des gens illustres

Rendez-vous à 10h00 place de la Porte de Bagnolet

Le matin, déambulation dans le village de Charonne.

Déjeuner dans un restaurant proche du boulevard de Ménilmontant.

Après-midi, visite (partielle !) du cimetière du Père Lachaise.

Fin du parcours vers 15h30, boulevard de Ménilmontant (près du métro Philippe Auguste).

Le nombre de place au restaurant étant limité,

inscription obligatoire avant le 20.03.2022 auprès de
Jean-Jacques JOSSET (01.60.60.61.74 / 06.30.14.27.30 /
josset.jean-jacques@wanadoo.fr)

Randonnées du vendredi

(1/2 journées)



7 et 21 janvier

4 et 18 février

11 et 25 mars

Rendez-vous sur le parking de la piscine de Combs
(départ à 08h45 précises)

Activités durant les vacances scolaires

(sauf informations contraires)

Toutes les activités (extérieures et en salles) sont
interrompues durant les vacances scolaires (20
février au 6 mars 2022),

**à l'exception de Marche Nordique, Randonnées
Fontainebleau et Tennis de Table**

RESPONSABLES D'ACTIVITES

Si vous souhaitez obtenir des informations particulières sur une activité,
n'hésitez pas à joindre les Responsables dont les coordonnées sont mentionnées ci-dessous.

Danse	Mireille THIOILLIERE	06.42.33.50.47	mireille.thiolliere@wanadoo.fr
Gymnastique	Annie COLOMBET	06.61.10.77.67	annie.colombet@hotmail.com
Marche Nordique	Serge FOURNIER	06.10.96.35.93	ns.fournier@free.fr
Pétanque	Jacques CORNILLET	06.18.74.58.70	cornillet.annemarie@bbox.fr
Randonnées (tous niveaux)	Jean-Jacques JOSSET	06.30.14.27.30	josset.jean-jacques@wanadoo.fr
Tennis de Table	Jacques LAMBERT	06.07.06.21.80	lambertjacques41@gmail.com
Tir à l'Arc	Michel LERAY	07.86.13.36.91	clmilleray@free.fr

QUELQUES CHIFFRES

Début décembre 2021, la RSSB reste le plus petit Club de Seine et Marne : aux alentours de 130 adhérents (alors que les autres Clubs sont 2 à 3 fois plus importants).

Il est, proportionnellement, celui qui a le plus souffert de la pandémie de coronavirus en terme d'effectif (*) : - 33 % entre 2020 et 2021.

(*) heureusement sans dénombrer de perte en vies humaines liée à la Covid 19

MAIS ...

il est aussi celui qui a enregistré la plus forte hausse (+ 20 %) entre 2021 et 2022. Et, espérons-le, ce n'est pas fini !

Merci à tous ceux qui se sont impliqués pour que le Club continue de vivre malgré l'adversité.

Et merci également aux adhérents qui se sont engagés pour encadrer les activités.

On compte sur vous pour poursuivre sur cette pente.

Janvier-Février-Mars 2022

dates	Vendredi 9 h 30 N 1	dates	Mercredi 14 h - vacances 9 h N 2
07/01/2022	Carf de Vienne D 148 P 519/457	05/01/2022	PK Franchard D 301 Parc 755/762
14/01/2022	Carf Marlotte D58/D 301 p 65/77	12/01/2022	Rocher Canon D142 p858
21/01/2022	PK bas Bréau Barbizon p713/714	19/01/2022	PK Franchard D 301 Parc 755/762
28/01/2022	Bulle à Guay D 116 p380/384	26/01/2022	Plaine Verte Bourron D 58 p 549/550
04/02/2022	Rocher Canon D 142 E p858	02/02/2022	Isatis D 409 p 765 /768 /767
11/02/2022	carf des buttes de Franchard D 301 /D 58 p 755/762	09/02/2022	Croix de Toulouse D 116/138 parc 236/366
18/02/2022	Carf du coq Faisanderie D 409 p 108	16/02/2022	Rocher Cailleau D 63 p 170/174 Le Vaudoué
25/02/2022	Avenue de Maintenon D 58 p36/45	23/02/2022	Carf du coq Faisanderie D 409 p 108
04/03/2022	Moret PK du Grand Jardin après la piscine	02/03/2022	Carf des Huit Routes Fontainebleau
11/03/2022	Ecluse de Bois le Roi Place St Pierre	09/03/2022	Appremont Route de Sully p 717
18/03/2022	PK D 138 / D 137 p 13	16/03/2022	Arbonne Bois Rond D 64 p 86
25/03/2022	cabaret Masson D 606 p246	23/03/2022	PK de la Plaine Verte D 58 p 550 Bourron Marlotte
		30/03/2022	Larchant PK du Bois d'yver p143

N° téléphone : Jean-Louis : 0164237360 - Jean-Claude : 0160716811 - Christian : 0675191612 - André : 01-60-72-17-84 - Jean : 0160695343
Muguette : 0687271439 - Jacqueline : 0164458470 - Bernard : 0673266873 - Lucien : 0633819595 - Bruno : 0650394009
Christian : 0675191612 - André : 0631945719

LE COMITE DIRECTEUR VOUS PRESENTE TOUS SES MEILLEURS VŒUX pour l'année 2022

Gymnastique Maintien en Forme GMF	Gymnase Butte-Montceau AVON Salle Léon Béra AVON	Mercredi : 9 h à 10 h ; Mercredi : 9 h à 10 h ; 10 h 30 à 11 h 30 Sauf pendant les vacances scolaires.
Marche nordique	Janvier : carf de la cx du Gd Maitre D 148/D 301 Février : Croix de Toulouse : Mars : Pk ave de Maintenon D 58 p36/37	Lundi : 9 h 30
Gymnastique méthode PILATES	Gymnase de la Butte Montceau AVON	Mercredi : 10 h 30 à 11 h 30 Sauf pendant les vacances scolaires
Gymnastique en plein air PPG préparation physique générale	Parcours de santé de la Faisanderie FONTAINEBLEAU	Jeudi : 10 h à 11 h Sauf pendant les vacances scolaires
Tennis de table	Gymnase de la Butte Montceau AVON	Vendredi : 20 h à 22 h (18 h à 20 h pendant les petites vacances scolaires) Mardi : 18 h à 20 h
Tai-Chi	Forum Maison dans la Vallée	Jeudi 10 h 45—11 h 45 Sauf pendant les vacances scolaires
Activités aquatiques	Piscine de la Faisanderie Fontainebleau	Lundi : 16 - 17 h Jeudi : 16 h - 17 h Sauf pendant les vacances scolaires
Pétanque	terrain de pétanque la Butte Montceau route Bezout (en forêt)	Vendredi 14 h 30 Sauf pendant les vacances scolaires
Activités dansées	Forum Maison dans la Vallée	jeudi 9 h 15—10 h 45
Danse de salon	Salle Léon Béra	Mardi 14 h 30—16 h 30
Randonnée Pédestre	Randonnées CODERS RV bulletin Randonnée club niveau N 2 Randonnée club niveau N 1	mardi matin 9 h Mercredi : 14 h - 9 h pendant les vacances vendredi matin 9 h 30

Renseignements: Jean-Marc Brunier 0687987795

Nous avons repris nos activités sportives en respectant les directives gouvernementales. Le passe sanitaire exigé pour toutes les activités en salle et à la piscine ne semble pas rebuter nos adhérents. Nous sommes actuellement 200 dont un bon nombre de nouveaux inscrits que nous avons accueillis lors d'une soirée festive à la MLC le 15 Octobre. Notre AG a eu lieu dimanche 14 Novembre à la Maison des Sports en présence d'une centaine d'adhérents. Le Comité Directeur qui comprend 12 membres au lieu des 13 élus lors de l'AG du 31 janvier, suite au décès de notre regretté Michel Pont, a été maintenu dans ses fonctions. Compte tenu des circonstances, nous n'avons pas pu, comme dans le passé organiser de repas mais seulement un apéritif offert par le club.

La sortie sur les traces de Paris au Moyen Age (rive gauche) a rencontré beaucoup de succès et nous avons dû proposer deux dates le 20 octobre et le 12 novembre pour satisfaire les demandes. La suite pour le mois de mars.

L'année 2021 se termine sans regret et nous espérons que 2022 nous gardera en forme et nous apportera beaucoup de bonheur et de réconfort. Nous pensons à ceux qui sont partis en 2021 et à ceux qui souffrent en leur souhaitant une meilleure santé

Joyeux Noël et bonne année 2022 à tous

Programme des randonnées du vendredi

Dates	N1	N2	Propositions de randonnées
07/01/22	GC	PG	Forêt de Bréviande Maison des Sports 5 rue Aimé Césaire Vert-St-Denis
14/01/22	LS	GV	Rocher Canon D 142 P 858
21/01/22	JYD-JMB	YMF	Platières d'Apremont Route de Sully aux Néfliers D 301 P 717
28/01/22	GC	YMF	Samois Tour du Rocher D 137
04/02/22	EM	GC	Carrefour du Grand Veneur D 301 P 779
11/02/22	PG	GC	Forêt de Rougeau Parking des Faisans D 446
18/02/22	JMB	JYD-PG	Mont Ussy Maison forestière des 8 routes Route ND du Bon Secours
25/02/22	YMF	JMB	Bois Rond D 64 P 85
04/03/22	EM	GC	Carrefour d'Achères D 301 P 152
11/03/22	JYD-GV	YMF	Carrefour Gorges de Franchard D 301 P 116
18/03/22	PG	JMB	Barbizon Parking du Bas Bréau Allée des Vaches
25/03/22	LS EM		Paris du Moyen Age rive droite Blandy les Tours parking de l'église ou du château

EM : Edmond Morel - GC : Gérard Coq - JMB : Jean-Marc Brunier - LS : Liliane Sossa - PG : Patrice Guégou - YMF : Yves-Marie François - GV : Georges Vanicat - JYD : Jean Yves Delobea