



La Mache'coolette

Pizzeria Restaurant

Brasserie

5, rue du marché  
44270 MACHECOUL

Tél : 09 66 96 84 51  
lamacheocolette@gmail.com



Jacques Renaud

06 13 33 49 01

16, la Gîte

44270 MACHECOUL

N'hésitez pas à passer commande  
pour un plateau de fromage

**BRIAND Lionel**

Dépannage électroménager,  
installation, conseil,  
vente sur catalogue



6, allée Fabre d'Eglantine  
44270 MACHECOUL

06 52 55 84 43

mail:

aplusmenager@outlook.fr



*Les Goyeurs  
de Retz*

# Programme 1er sem. 2024

- ☞ Randonnées pédestres
- ☞ Marche Nordique
- ☞ Sorties

Association de randonnée pédestre, affiliée à la Fédération Française de Randonnée

14, Rue de la Taillée 44270 MACHECOUL-ST-MÈME

Présidents : Monique GRAVOUIL 06 51 89 13 56 , Bernard HERVE 06 63 01 13 05

<https://goyeursderetz.sportsregions.fr>



Rue Ste Catherine  
44270 MACHECOUL  
Tél. 02 40 02 25 80





# ⇒ Randonnées du lundi

Premier semestre 2024

Rassemblement à la Rabine, **MACHECOUL**

Devant l'entrée du camping, **départ à 14 h précises**

*Participation aux frais de transports pour les sorties extérieures: 2€*

**À partir du 3 juin inclus, départ à 9 h du matin de la Rabine**

<i>Dates :</i>	<i>Commune, circuit</i>	<i>Départ rando</i>
<b>Janvier</b>	1 <b>Férié</b> <i>Pas de marche</i>	
	8 <b>Machecoul</b> <i>Le Treil</i>	La Rabine
	15 <b>St Colomban</b>	Salle des Sports
	22 <b>Les Moutiers</b> <i>Le Collet</i>	Le Collet
	29 <b>La Marne</b> <i>Les éoliennes</i>	Le breuil
<b>Février</b>	5 <b>Fresnay en Retz</b> <i>Les Hauts</i>	Salle de Sports
	12 <b>Machecoul</b> <i>Le clos des anges</i>	La Rabine
	19 <b>La Garnache</b> <i>Maraîchers</i>	La Barberoire
	26 <b>Chaumes en Retz</b> <i>Club Arthon</i>	Eglise Arthon
<b>Mars</b>	4 <b>Machecoul</b> <i>Tour de la ville</i>	La Rabine
	11 <b>Ste Pazanne</b>	Salle Escale de Retz
	18 <b>St Etienne de M.M.</b> <i>La Possardière</i>	La Possardière
	25 <b>Châteauneuf</b>	Parking cimetière
<b>Avril</b>	1 <b>Lundi de Pâques</b> <i>Pas de marche</i>	
	8 <b>Machecoul</b> <i>Les Chaumes</i>	La Rabine
	15 <b>Paulx</b> <i>La Meulière</i>	La Meulière
	22 <b>St Même le Tenu</b> <i>La forêt</i>	Salle municipale
	29 <b>Bois de Céné</b> <i>Les cigognes</i>	Parking mairie
<b>Mai</b>	6 <b>Machecoul</b> <i>la Pommeraie</i>	La Rabine
	13 <b>Bourgneuf</b> <i>Les étangs</i>	Parking étangs
	20 <b>Paulx</b>	Terrain de sports
	27 <b>St Mars de Coutais</b>	Les Grandes Vignes
<b>Juin</b>	3 <b>Machecoul</b> <i>la Vacheresse</i> <sup>ooo</sup> <b>9h</b> <sup>ooo</sup>	La grande Métairie
	10 <b>Journée Détente :</b> <i>A définir</i>	
	17 <b>La Bernerie</b>	La Boutinardière
	24 <b>St Philbert de Grandlieu</b>	Aire de Loisirs

**Renseignements : Nicole BOURGINE 02 40 21 94 42**  
**Bernard GOUY 06 80 88 62 65**





# → Randonnées du mercredi après-midi



Départ de **la Rabine, MACHECOUL**

Devant l'entrée du camping, **départ à 14 h précises**

*Participation aux frais de transports pour les sorties extérieures*

**A partir du 6 juin inclus, marche le jeudi matin à 9h**

<i>Dates :</i>	<i>Commune, circuit</i>	<i>Départ rando</i>
<b>Janvier</b>	<b>3</b> <b>Machecoul</b> <i>Tour de la ville</i>	La Rabine
	<b>10</b> <b>La Garnache</b> <i>La Coutellerie</i>	La Coutellerie
	<b>17</b> <b>Fresnay</b> <i>Les Champs</i>	Salle de sports
	<b>24</b> <b>St Etienne de M.M.</b> <i>La Possardière</i>	La Possardière
	<b>31</b> <b>Cheméré</b> <i>Les chênes</i>	Parc de loisirs
<b>Février</b>	<b>7</b> <b>St Mars de Coutais</b> <i>Ste Marie</i>	Place de l'église
	<b>14</b> <b>Legé</b> <i>Les Sangliers</i>	Parking des étangs
	<b>21</b> <b>Bois de Céné</b> <i>Le Pic</i>	Le Pic
<b>RANDO +</b>	<b>28</b> <b>Froidfond</b> <i>Les Biches 15 Km</i>	Parking Cimetière
<b>Mars</b>	<b>6</b> <b>Machecoul</b> <i>Le Brulay</i>	Gd étang rte du Treil
	<b>13</b> <b>Challans</b> <i>Payré</i>	Garage Renault
	<b>20</b> <b>St Lumine de Coutais</b> <i>La Robrie</i>	Salle de sports
	<b>27</b> <b>Ste Pazanne</b> <i>L'aqueduc</i>	Escale de Retz
<b>Avril</b>	<b>3</b> <b>Corcoué</b> <i>Sentier de la Logne</i>	Grotte st Jean
	<b>10</b> <b>Beauvoir</b> <i>Le Bec</i>	Port du Bec
	<b>17</b> <b>Pornic</b> <i>Val St Martin</i>	Val St Martin
<b>RANDO +</b>	<b>24</b> <b>St Philbert</b> <i>Les Marais 15 Km</i>	Parc de la Boulogne
<b>Mai</b>	<b>1</b> <b>Paulx</b> <i>Les Carateries</i>	Terrain de sport
	<b>8</b> <b>Châteauneuf</b> <i>Le petit Moulin</i>	Parking Cimetière
	<b>15</b> <b>Passay</b> <i>Circuit de Passay</i>	Place des pêcheurs
	<b>Journée pique-nique A définir</b>	
	<b>29</b> <b>La Garnache</b> <i>La Blanchardière</i>	La Blanchardière
<b>Juin</b>	<b>6</b> <b>Bouin</b> <i>Les Oiseaux</i> <b>ooo 9h ooo</b>	La Fromentière
	<b>13</b> <b>Bourgneuf</b> <i>Les étangs</i>	Parking étangs
	<b>20</b> <b>Machecoul</b> <i>La Rivière Neuve</i>	La Rabine
	<b>27</b> <b>St Philbert</b> <i>Le gué de la Logne</i>	Collège Rte St Colomban



**Renseignements :** *Jean GIRAUD 06 71 50 03 92*



# Marche Nordique

Premier semestre 2024



## ► Le samedi de 9 h à 11 h

**Départ :** Parking du grand étang , route du Treil.

## ► Le 1er samedi de chaque mois:

Marche sur une autre commune selon le calendrier ci-dessous:

<i>Dates :</i>	<i>Commune</i>	<i>Départ rando</i>
----------------	----------------	---------------------

<i>3 Février :</i>	<b>La Garnache</b>	La Berlingue, direction la Michellerie
--------------------	--------------------	--

<i>2 Mars :</i>	<b>St Cyr en Retz</b>	Parking herbé 1, rue des Saules
-----------------	-----------------------	---------------------------------

<i>6 Avril :</i>	<b>Bois de Céné</b>	Ile Chauvet
------------------	---------------------	-------------

<i>4 Mai :</i>	<b>St Mars de Coutais</b>	La Guibretière
----------------	---------------------------	----------------

<i>1<sup>er</sup> Juin :</i>	<b>Rando Pique-nique</b>	( Lieu à définir )
------------------------------	--------------------------	--------------------

**Rendez-vous:** 8 h 30 parking du grand étang pour covoiturage.

*Vous pouvez aussi vous rendre directement sur le lieu de la marche.*

**Rappel :** L'activité Marche Nordique comporte **3 phases indissociables** :

- l'échauffement, - 1 h 30 de marche nordique, - les étirements

Vous devez donc, à chaque séance, effectuer les 3 phases de l'activité.

**Renseignements :** **Jean-Paul GRAVOUIL 06 36 48 50 70**  
**Bernard HERVE 06 63 01 13 05**

## ⌚ La Mache Cool Aise 7 avril 2024

**Date sous réserve, à confirmer début janvier**

Nous invitons tous les Goyeurs et Goyeuses à participer à l'organisation de notre grande rando annuelle pour : **Le balisage, le parking, les commissaires, les inscriptions, les ravitaillements, le bar, les grillades, les sandwiches.**

Une fiche d'inscription, à remettre aux responsables de marche vous sera distribuée début janvier. *Merci d'avance*

## ⌚ Thalasso de Pornic

Achetez des billets à **prix réduit** par l'intermédiaire des Goyeurs.

**Rens. : Annie THIBAUDEAU: 09 77 80 57 79 a.tibodo@orange.fr**



# ⌚ Dates à retenir



Premier semestre 2024

## ⌚ **Galette des Rois** St Même, salle municipale

Samedi 20 janvier à 16 h 30

Animation assurée par le groupe country " Cha'Paulx et Santiags"

## ⌚ **Séjour Raquettes** Habère-Poche, Haute Savoie

Du 3 au 10 février

## ⌚ **Assemblée Générale** Machecoul, Espace de Retz

Jeudi 14 mars à 18 h

## ⌚ **La Mache Cool Aise**

**Départ de l'hippodrome de Machecoul ,**

Dimanche 7 avril ( Date sous réserve à confirmer en janvier )

5 circuits, Libre, Nordique, de 5 à 27 km

## ⌚ **Autres randos**

## ⌚ **Nouveau : Rando +( 15 km environ en boucle )**

2 randos ce semestre, le mercredi après-midi

Rendez-vous à 14 h à la Rabine pour Covoiturage

28 février Froidfond Les biches Parking cimetière

24 avril St Philbert de G.L. Les marais Parc de la Boulogne

## ⌚ **Programme actualisé des randos extérieures :**

- Sur notre site: "Goyeurs de Retz"

Rubrique => Prochains évènements

- Sur le site : "FFRandonnée Loire Atlantique",

Rubrique => Idées Rando => Calendrier départemental

- Sur le site "FFRandonnée Vendée"

Rubrique => Randonnées

- Sur le site : "Nafix.fr"



# ⇒ Nos activités "hebdo"



## Lundi

### 14 h ⇒ Marches de 2 h environ

( 9 h de juin à septembre )

Groupe A - 5 à 7 Kms groupe, B - 8 à 10 Kms

Départ : la Rabine Machecoul, face au camping

Rens : Nicole BOURGINE 02 40 21 94 42

Bernard GOUY 06 80 88 62 65



## Mercredi

### 14 h ⇒ Marche Semi-Rapide 10-12 km

( Jeudi à 9h de juin à septembre )

Départ : la Rabine, Machecoul, face au camping

Rens : Jean GIRAUD 06 71 50 03 92

### 19 h 30 ⇒ Marche Semi-Rapide 10 km

Circuit urbain autour de Machecoul

Départ : Parking face Croix Verte ( sauf juin, juillet, août )

Rens : Bernard HERVE 06 63 01 13 05

## Samedi

### 9 h ⇒ Marche Nordique 1 h 30

Départ : Parking grand étang, Route du Treil

- Le 1er samedi de chaque mois : marche sur autre commune

- Pas de séances en juillet et août

Rens : Jean-Paul GRAVOUIL 06 36 48 50 70

Bernard HERVE 06 63 01 13 05



**thélem**  
Assurances

Yvan VEILLET  
Rue du marché  
**MACHECOUL**  
**Tél 02.40.78.58.60**  
n° ORIAS : 07006562

**CARROSSERIE**  
**FRANCK RONSIN**

**Entretien Mécanique**

Z.I. Seiglerie 1  
Tél : 02 40 02 25 09  
**MACHECOUL**

**GLASS AUTO**  
SERVICE  
Spécialiste Pare-Brise

**Cave**

Bouteilles  
Cave à bières  
Bières pression  
Whisky et Rhum  
Coffrets cadeaux  
Vrac - Bibs

2 place du Champ de Foire  
**44270 MACHECOUL**  
**02 40 31 43 06**  
Mail : cgl44270@gmail.com  
[www.lescelliersdegrandlieu.fr](http://www.lescelliersdegrandlieu.fr)