



La Mache'cool'ette

**Pizzeria Restaurant
Brasserie**

5, rue du marché
44270 MACHECOUL
Tél : 09 66 96 84 51
lamachecoolette@gmail.com

Les saveurs du fromage



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 1^{er} 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>



Groupama

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

**ÉCOUTER
VOIR**

OPTIQUE & AUDITION
MUTUALISTES

MACHECOUL
1 rue du Marché
02 40 31 48 83

PEINTURE & DÉCORATION

Didier

GALLAIS

Ravalement - Démoussage - Revêtements Sols & Murs
Produits de Décoration Intérieur & Extérieur

02 51 49 89 19

didier.gallais85@orange.fr

27 rue Fbg St Marcel • 85710 LA GARNACHE



➔ 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>
<i>Janvier</i>	1 <i>Férié Pas de marche</i>	
	8 Machecoul <i>Le Treil</i>	La Rabine
	15 St Colomban	Salle des Sports
	22 Les Moutiers <i>Le Collet</i>	Le Collet
	29 La Marne <i>Les éoliennes</i>	Le breuil
<i>Février</i>	5 Fresnay en Retz <i>Les Hauts</i>	Salle de Sports
	12 Machecoul <i>Le clos des anges</i>	La Rabine
	19 La Garnache <i>Maraîchers</i>	La Barberoire
	26 Chaumes en Retz <i>Club Arthon</i>	Eglise Arthon
<i>Mars</i>	4 Machecoul <i>Tour de la ville</i>	La Rabine
	11 Ste Pazanne	Salle Escale de Retz
	18 St Etienne de M.M. <i>La Possardière</i>	La Possardière
	25 Châteauneuf	Parking cimetière
<i>Avril</i>	1 <i>Lundi de Pâques Pas de marche</i>	
	8 Machecoul <i>Les Chaumes</i>	La Rabine
	15 Paulx <i>La Meulière</i>	La Meulière
	22 St Même le Tenu <i>La forêt</i>	Salle municipale
	29 Bois de Céné <i>Les cigognes</i>	Parking mairie
<i>Mai</i>	6 Machecoul <i>la Pommeraie</i>	La Rabine
	13 Bourgneuf <i>Les étangs</i>	Parking étangs
	20 Paulx	Terrain de sports
	27 St Mars de Coutais	Les Grandes Vignes
<i>Juin</i>	3 Machecoul <i>la Vacheresse</i> ⁰⁰⁰ 9h ⁰⁰⁰	La grande Métairie
	10 <i>Journée Détente :</i> A définir	
	17 La Bernerie	La Boutinardière
	24 St Philbert de Grandlieu	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

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



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

Cave

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

2 place du Champ de Foire
44270 MACHECOUL
02 40 31 43 06

Mail : cgl44270@gmail.com
www.lesciliersdegrandlieu.fr