



LE JOURNAL DES GOYEURS

Janvier 2025 — N° 18



Mache Cool Aise 2025

Départ

Hippodrome de **MACHECOUL**

Circuits

5 - 8,5 - 12 - 17 - 24 kms

Dimanche 6 avril



Le Mot des Présidents

2024 ANNÉE OLYMPIQUE

Paris 2024 restera le plus grand événement sportif international de cette année écoulée.

Notons que la marche athlétique fait partie intégrante des différentes disciplines des jeux.

A cette occasion était organisée par la Fédération Française de Randonnée Pédestre « La grande randonnée vers Paris » du 13 janvier au 10 mai 2024.

Cette grande randonnée s'est déroulée sur 7 itinéraires principaux et sur plus de 10000 kilomètres, sur l'ensemble de l'hexagone. Chacun pouvait y participer en fonction de ses disponibilités et capacités.

Hippocrate disait : « La marche est le meilleur remède pour l'homme ».

ALORS MARCHONS

Depuis 10 ans maintenant, nos anciens responsables ont su diversifier l'offre du club avec la création de la section de la marche nordique.

Au fil des années, des Goyeurs se sont portés volontaires pour suivre la formation nécessaire à la bonne pratique de cette activité.

Cette année, sur les 30 nouveaux licenciés, une vingtaine s'adonne à la marche nordique.

Par ailleurs, nous tenons à remercier certains d'entre vous, guides et responsables de circuits, qui recherchent et proposent de nouveaux itinéraires pour renouveler nos lieux de marche.

Grâce à vous, notre club connaît une belle vitalité. Il fait bon s'y retrouver pour marcher bien sûr mais aussi pour partager de bons moments de convivialité.

Au nom du Conseil d'Administration, nous vous souhaitons une excellente année 2025.

Les Coprésidents

Monique Gravouil et Bernard Hervé



Le conseil d'administration 2024 - 2025

Les Goyeurs de Retz

14, rue de la taillée 44270 MACHECOUL-ST-MÊME
Présidents : Monique GRAVOUIL, Bernard HERVE
Mail : lesgoyeursderetz@gmail.com

LE CONSEIL D'ADMINISTRATION 2024- 2025

LE BUREAU :

Coprésidents :

GRAVOUIL Monique HERVE Bernard

Trésorière : DELANOË Hélène
Trésorière adjointe : BATARD Hélène
Secrétaire : AUDEON Annie
Secrétaires adjoints : HARAMBOURE Jean-Louis
THOMAS René

LES MEMBRES :

ARCHAMBAUD Christian
BILLAUD Pierre BLAINEAU Nadine
BLY André GIRAUD Elisabeth
GIRAUD Jean GOUY Bernard
HACHET Élise PLANTIVE Danièle
RAPITEAU Constance RENAUDINEAU Anne
ROBERT Anne-Marie ROUSSEAU Paul

.....

Rétrospective 2024

La Galette des rois 20 janvier 2024

Un grand nombre de goyeuses et goyeurs se sont retrouvés dans la salle Vallée du Tenu à Saint-Même pour y partager la traditionnelle galette des Rois. Ce moment de convivialité, animé par le groupe Cha'Paulx & Santiags a permis aux plus audacieux d'esquisser quelques pas de danse country initiés par le dynamique Albert.



Séjour raquettes à Habère-Poche 3 au 10 février 2024

Si la Vallée Verte n'a jamais aussi bien porté son nom en raison d'un manque cruel de neige, les 64 participants à ce séjour montagnard ont pu apprécier les magnifiques paysages du Chablais au travers de randonnées d'une demi-journée encadrées par des guides aussi compétents que passionnés. Une journée en Suisse, à Gruyère, et une autre à Evian leur ont permis de découvrir le patrimoine local et d'en goûter la gastronomie. Un hébergement et un accueil de qualité ont contribué à la réussite du séjour.



COMMISSIONS

Journées détente :

Pierre Billaud, Nadine Blaineau, André Bly, Bernard Gouy, Anne Renaudineau

Séjours :

André Bly, Hélène Delanoë, Nadine Blaineau, Anne Renaudineau

Circuits et itinéraires du lundi :

Christian Archambaud, André Bly, Pierre Billaud, Nicole Bourguin, Elisabeth Giraud, Jean Giraud, Bernard Gouy, Paul Rousseau

Circuits et itinéraires du mercredi après-midi :

Dominique Brossard, Jean Giraud, Jean-Paul Gravouil, Paul Rousseau, René Thomas

Circuits et itinéraires du mercredi soir :

Bernard Hervé

Marche Nordique :

Chloé Fleury, Jean-Paul Gravouil, Jean-Louis Haramboure, Bernard Hervé, Laëtitia Naulleau, Madeleine Plantive, Alain Rémond, Marie-Renée Roncin

Distribution du courrier :

Constance Rapiteau et Marie-Jeanne Potier avec les 17 répartiteurs.

Site internet des Goyeurs

Vous pouvez retrouver toutes les informations et documents sur les activités passées, présentes et à venir ainsi que les photos les retraçant sur notre site, à l'adresse :

<https://goyeursderetz.sportsregions.fr>

Rétrospective 2024



Assemblée générale 14 mars 2024

Organisée dans l'enceinte de l'Espace de Retz à Machecoul, l'assemblée générale a réuni 150 participants. En dépit de quelques soucis techniques au départ, les coprésidents ont tout d'abord présenté le rapport d'activité en traçant une rétrospective des différentes manifestations organisées par l'association. Ils ont poursuivi en affichant le bilan financier de l'année écoulée. Ils ont profité de l'occasion pour présenter les 20 membres du conseil d'administration et remercier l'équipe des guides qui s'est bien étoffée. La réunion s'est clôturée dans la convivialité autour d'un apéritif et d'un excellent repas.

La Mache Cool Aise 7 avril 2024

En dépit de conditions météorologiques annoncées défavorables, 589 marcheurs ont pris le départ de cette nouvelle édition de la Mache Cool Aise, la deuxième au départ de l'hippodrome de Machecoul. Les 5 circuits proposés ont unanimement été appréciés par les participants tout comme les ravitaillements et la remise de sandwiches, de boissons et de la traditionnelle barquette de mâche à l'arrivée. En nombre de participants, 238 personnes ont emprunté le circuit des 12 km, 179 pour le 8,5 km, 109 pour le 18 km, 46 pour le 5 km et 17 pour le 27 km.

On remarquera entre autres, la présence du club des Pieds Salés de Guérande sur le circuit des 27 km, la participation des coureurs de Gambad'Cool, des clubs de randonnées de Challans, Couéron et 15 enfants sur les circuits des Prés-Neufs. Le travail fourni dans la bonne humeur et une franche camaraderie par les très nombreux bénévoles a très largement contribué à la réussite de notre manifestation.



Rando pique-nique à La Roche Ballue 22 mai 2024

Une vingtaine de Goyeurs ont randonné le matin sur les sentiers de la Roche Ballue à Bouguenais puis l'après-midi sur les îles d'Indre. C'est par un sentier quelque peu boueux qu'ils ont gagné le lieu du pique-nique en longeant les bords de Loire par Port Lavigne. Après ce moment de convivialité, ils ont découvert le plan d'eau et les abords du site de la Roche Ballue. Ils ont terminé leur périple à Basse Indre pour apprécier les îles d'Indre ainsi que le panorama sur la Loire et ses environs. Une journée bien remplie et appréciée par les participants.



Rando pique-nique marche nordique à St-Jean de Monts 1er juin 2024

Pour cette dernière sortie extérieure de la saison, une quarantaine de marcheurs nordiques se sont retrouvés le samedi 1er juin sur les sentiers de la forêt de Monts. Le temps ensoleillé et légèrement frais permettait d'apprécier les circuits « nordik » en sous-bois avec un retour sur la plage.

Avant d'entamer le pique-nique, l'apéro offert par le club permettait d'attendre le groupe de Jean-Louis, accueilli sous une haie d'honneur pour leur exploit.



Journée détente au Pallet 10 juin 2024

Ce lundi 10 juin, 54 Goyeurs participaient à la journée détente au Pallet. C'est par deux circuits différents empruntant les berges des rivières Sanguèze et Sèvre Nantaise que les marcheurs ont rejoint le musée du Vignoble Nantais. Après un apéritif et un pique-nique bien mérités, l'après-midi a été consacré à la visite du musée qui s'est achevée par la dégustation d'un verre de muscadet ou de jus de raisin.



Journée détente à Cossé le Vivien 16 septembre 2024

Au départ de la base de loisirs de La Rincerie, 64 Goyeurs ont arpenté les sentiers entourant le lac et traversé une jolie forêt pour atteindre l'endroit propice où partager apéro et pique-nique. Consacrée à la visite du musée Robert Tatin à Cossé-le-Vivien, l'après-midi a permis de découvrir l'œuvre monumentale de l'artiste inspirée de ses voyages. Une journée bien remplie qui a permis aux membres des différents groupes de marche hebdomadaire de se rencontrer et de partager un bon moment de convivialité.



Nos activités 2025

Activités « hebdo »

👉 Le lundi après-midi

Marche de 2 heures environ
40 à 80 personnes en 2 groupes
5 à 7 km et 8 à 10 km

👉 Le mercredi après-midi

Marche semi-rapide 10 - 12 km
20 à 40 personnes

👉 Le mercredi soir

Circuit urbain autour de Machecoul
8 à 10 km

👉 Le samedi matin

Marche Nordique
40 à 80 personnes en 4 groupes

👉 Randos +

5 sorties dans l'année d'environ
15 km le mercredi après-midi

Formation

Formation au brevet fédéral d'animateur de marche nordique

Jean-Louis HARAMBOURE a obtenu son brevet en octobre 2024.

Alors que Jorge MENENDEZ poursuivra sa formation, Valérie BARRE et René MACE se portent volontaires pour la suivre à leur tour.

Dates à retenir

Galette des rois

Samedi 25 janvier à 16h30 - Espace de Retz
à Machecoul

Assemblée Générale annuelle

Mardi 4 mars 18 h 00 - Espace de Retz
à Machecoul

La Mache Cool Aise

Dimanche 6 avril - Hippodrome
à Machecoul

Au 15 décembre 2024

notre association
rassemble 262 adhérents