



Lettre d'information Octobre 2019

SAMEDI 12 OCTOBRE

MARCHE ROSE
Pour le Dépistage du Cancer du Sein
Samedi 12 octobre 2019
Organisée avec le Randonneur Club Marcquois
Sur le Village vous trouverez les stands de :
La Ligue contre le Cancer
Le Réseau de Maitres Enseignants
Le Service de Prévention Santé
Le Centre de Nutrition et d'Alimentation
Venez avec un vêtement au accessoire rose
Départ à 14h30
Au Centre Social et Culturel
69 Boulevard Clemenceau 59700 Marcq en Barœul
GRATUIT Inscription au Centre Social
03 20 20 82 16
ou sur place à partir de 13h30

Activités cyclo :



Les cyclistes ont fait deux séjours itinérants de quelques jours au 1^{er} semestre : Les Pays-Bas en avril et le Morvan en juin. Comme toujours, de beaux paysages et une joyeuse ambiance sportive. Ils sont sortis tout l'été en semaine et ont encadré en juillet l'événement « Vivons vélo » sous l'égide de la FFCT et AG2

Des nouvelles des marcheurs :



16 marcheurs sont partis une semaine près de Sarlat en mai. Nous avons goûté au canard sous toutes ses formes et parcouru de magnifiques sites du Périgord noir.

20 participants au WE de Pentecôte à Belval dans la région verdoyante du Ternois avec nuit à l'hôtellerie de l'abbaye.

Journée à Amiens :



Traditionnelle sortie de Claudine, le dernier WE d'août. Après nous avoir fait découvrir tous les quartiers de Paris puis Versailles, elle nous a emmenés cette année, avec Bernard L, à Amiens. La chaleur n'a pas freiné l'ardeur de nos marcheurs qui ont découvert une ville magnifique.

D'autres actualités :



Lille- Hardelot le 2 juin

158 km et 1350m de dénivelé !
Belle sortie sous le soleil pour nos valeureux cyclistes.

La rando mensuelle du lundi

Mise en place il y a 2 ans pour les « fondus » de la rando, elle a trouvé son public.

Le barbecue du 28 juin

De plus en plus de succès avec 46 participants qui ont veillé tard sur la pelouse par une chaude soirée d'été. Merci aux courageux grillardins !

Le repas de rentrée du 28/09

35 participants en formule auberge espagnole. Très bonne ambiance, de nombreux talents en cuisine et... cours de madison !

Retrouvez toutes nos photos et informations sur le site <http://www.randonneur-club-marcquois.org/>

Les prochaines organisations :

- « **La Marche rose** » du samedi 12 octobre. Le Centre Social et Culturel de Marcq-en-Barœul nous a demandé d'organiser et encadrer une petite marche en ville, dans le cadre d'Octobre Rose, campagne nationale pour sensibiliser au dépistage du cancer du sein. Le centre social gère les inscriptions des participants extérieurs au club et offre le goûter au retour. On vous attend nombreuses et nombreux dès 14h au local avec un accessoire rose.
- « **L'Assemblée générale du vendredi 29 novembre à 18h** »: Elle aura lieu cette année au club house du stade Georges Niquet. Elle est traditionnellement suivie d'un temps de convivialité, auberge espagnole ou restaurant. Vous serez informés très prochainement par un message spécifique de l'organisation 2019 et de la façon de candidater au Comité.
- « **Projets séjours et WE 2020** »: Une petite équipe travaille à monter un séjour raquette pour la 1^{ère} semaine de février 2020. Un message d'information suivra. Projet bien avancé également d'un séjour d'automne en Savoie pour septembre 2020 et un WE au printemps dans la baie de Somme.

Consultez **régulièrement** les dates de nos randonnées hebdomadaires sur notre site à la rubrique **calendrier marche** ou **calendrier cyclo**. Les modifications sont exceptionnelles et font toujours l'objet d'un message spécifique aux adhérents mais le calendrier est également mis à jour régulièrement.
Les sorties marche du jeudi matin menées par Claudine font l'objet d'un message spécifique aux adhérents chaque semaine.