



Bulletin des sorties Avril 2016



	Date	Départ de	Rendez-vous	Groupe 1	Groupe 2	Groupe 3	Heure
Mercredi	6	Volvic	Complexe sportif	Gilou ☎: 06 60 530 105			14 h Validation des sorties du mercredi par mail
	13	Volvic	Complexe sportif	Gilou			
	20	Volvic	Complexe sportif	Michel ☎: 06 35 27 06 32			
	27	Volvic	Complexe sportif	Gilou			
Samedi	2	Volvic	Parking des eaux	Domingues	Exbrayat	Gilou	13:30
	9	Blanzat	Stade de blanzat	La Blanzatoise de 7 à 14 heures		33/46/57/72 km	3 ou 5 €
	16	Moulet-Marcenat	Stade de rugby	Sortie non encadrée			13:30
		Moulet-Marcenat	Stade de rugby	Antonio Didier			20:30
	23	Chanat la moutheyre	stade	Descotes Alain 32 km collation à l'arrivée			13:30
30	Beauregard	Départ GR	Égout André			13:30	

A savoir !

	Date	Lieu	Rendez-vous	Nom de la randonnée	KM	Heure
	2	Pont du chateau		Rallye castelpontin	30/45	07h30 à 13h00
	24	Sauterre		Manzatoise	18/44/60	De 8 à 10h

Pour les Sorties Route Contacter Mathieu : 04.73.33.87.05 Pour les sorties VTT Contacter Gilou : 06 60 530 105

Je n'aime pas les sorties nocturne !



Samedi 16 Avril. Sortie nocturne, au départ du stade de Moulet vers 20h30

Programme : 1 parcours VTT de 28 kms et 1 parcours pédestre de 11 kms, un ravitaillement en cours de chemin, ainsi qu'un casse-croûte à l'arrivée.

Un éclairage adapté obligatoire, cette sortie ne s'adresse qu'aux seuls adhérents

A signaler qu'il n'y aura pas de sortie encadrée ce jour-là.

Merci de vous inscrire auprès de moi : dom.albert-vtt@sfr.fr, jusqu'au 31 Mars

La **TAZENAT**, le 8 MAI à COMBRONDE, les personnes souhaitant y participer, rendez-vous pour 8 h



pour un départ en groupe puis chacun choisira sa distance ! Infos → 06 60 53 01 05

Gilou et Volvic Vélo Nature Vous propose Le 11/12 juin 2016

La Virée du Gilou, C'est la Bourboule qui sera l'étape pour 2016

Le 11 juin Volvic (complexe) 8 h départ → Vauriat 9h45 → Vulcania 11 h → Saint-Bonnet-près-Orcival 12 h (repas) → Servières 15h → Guéry 16 h → La Bourboule 17h arrivée (Gite)

Le 12 juin La Bourboule 9h départ → Murat-le-Quaire 10 h15 → Col de Diane → 11h15 Zanieres 12h30 (repas) → Aydat 15h15 → Laschamps 16h 30 → Volvic 17h

Pour participer : Un chèque de 30 € sera demandé pour valider votre présence sur les 2 jours, avant le 28 mai 2016 et le solde le jour de la sortie, Ou Un chèque de 17 € (repas du midi) pour les personnes qui veulent faire que l'aller ou le retour.

Pour plus infos : 06 60 530 105 ou www.vttvolcan.com Rubrique : « la virée du Gilou »

Et à retourner à : Mr **Magner gilles** 80 A lotissement Beau soleil 63530 Volvic

Nom : Prénom : TEL : / / / .

Adresse



Adresse mail gilou@vttvolcan.com Renseignements: 06 60 530 105 Site Web de Gilou : <http://www.vttvolcan.com>