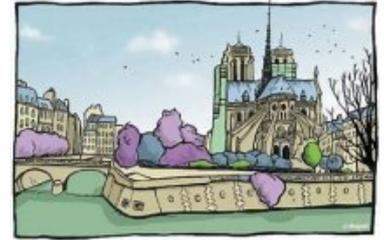


**Extraits du livre de Notre
dame de Paris de Victor
Hugo**

Prémonitoire !



Tous les yeux s'étaient levés vers le haut de l'église. Ce qu'ils voyaient était extraordinaire. Sur le sommet de la galerie la plus élevée, plus haut que la rosace centrale, il y avait une grande flamme qui montait entre les deux clochers avec des tourbillons d'étincelles, une grande flamme désordonnée et furieuse dont le vent emportait par moments un lambeau dans la fumée.



Notre-Dame est aujourd'hui déserte, inanimée, morte.

On sent qu'il y a quelque chose de disparu. Ce corps immense est vide; c'est un squelette; l'esprit l'a quitté, on en voit la place, et voilà tout.

Victor Hugo

La rentrée

Envoi des documents : Début juillet avec un retour pour les inscriptions le 20 août

- ◆ Bulletin d'inscription
- ◆ Certificat médical
- ◆ Certificat attestation règlement intérieur-droit à l'image-données personnelles-assurance, datée et signée
- ◆ Chèque

**Monique donnera
tous les détails
et documents
bientôt**

Journée interclub

1 avril 2019



La Retraite Sportive Herblinoise avait invité les clubs de Loire-Atlantique à une belle journée de convivialité dans le Parc de la Gournerie le lundi 1er avril, avec au programme :

- le matin, randos pédestres et nordiques,
- pique-nique
- spectacle animé avec talent par Marie, chanteuse et Michel, imitateur-humoriste

Journée ponctuée par brioches et boissons. Merci à la RSH

Journée référents

3 avril 2019



Comme tous les ans, le Comité Directeur a invité tous les animateurs, référents, contributeurs et membres du bureau à une journée de réflexion, d'échanges et de discussions animées, ponctuée comme toujours par un délicieux déjeuner concocté par notre cuisinier attitré, "son ampleur" Eric.

Merci à Annick pour le service toujours aussi efficace !

14 mai 2019

Journée marche nordique

Super balade à LA ROCHE BERNARD organisée et animée par Didier, balade partagée par 16 participants enthousiasmés et conquis par la beauté des paysages et le déroulement de cette journée vraiment exceptionnelle. Didier ne s'est pas contenté de nous faire découvrir des endroits merveilleux mais il s'est investi pour nous concocter un pique-nique de rêve sur la terrasse ensoleillée de sa maison...apéro, barbecue, salades variées et vin à volonté pour des marcheurs (ses) à bout de souffle après 12 km de randonnée! !!!!

Grand Bravo et grand Merci à Didier pour cette belle journée de marche et de convivialité avec promesse de se retrouver au printemps 2020 pour de nouvelles aventures en bordure de la Vilaine Alain



Journée pétanque

16 mai 2019



Le 16 mai, 30 pétanqueuses et pétanqueurs, se sont donnés rendez-vous au parc du Grand Blottereau pour une journée de détente marquant la fin de saison de cette activité.

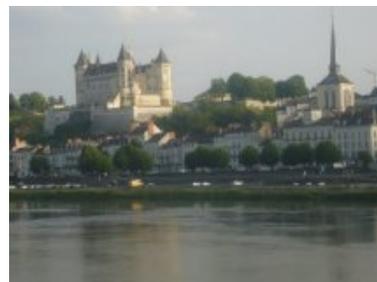
Après une matinée de découverte du jeu de palets et quelques parties de molky proposée gentiment par Norbert, tout le monde s'est retrouvé pour l'apéritif avant de pique-niquer en partageant les différents plats et boissons apportés par les uns et les autres.

Après ces agapes, place aux parties de pétanque disputées dans la joie et la bonne humeur. Cette belle journée ensoleillée se terminant autour du verre de l'amitié. Remerciements à toutes et tous pour leur implication culinaire et sportive dans la réussite de ce moment de convivialité et de partage.

Guy

Séjour pedestre

20-23 mai 2019



Vingt-trois randonneurs ont découvert durant trois jours une très belle région autour de Saumur.

Les chemins ont emmené la petite troupe, sous le soleil, des bords de Loire aux troglodytes, à travers vignes et forêts, le long de beaux villages fleuris tels Montsoreau, Souzay, le Thoureil. Quelques visites (champignonnières, domaine viticole, exposition d'art contemporain) et des rencontres enrichissantes nous ont permis de mieux comprendre la vie économique dans cette région.

L'hébergement sur l'île d'Offard en bord de Loire avec le château et la vieille ville en toile de fond nous a offert de belles couleurs au lever et au coucher du soleil.

A l'année prochaine pour d'autres aventures !

Séjour vélo-rando

14 juin 2019

10^{ème} édition du séjour annuel 4 jours vélo-rando de la RSL.

Pour la 10^{ème} édition de notre séjour « vélo-rando » annuel du 3 au 6 juin, nous avons mis le cap vers le sud du Finistère....BENODET, LOCTUDY, LE GUILVINEC, POINTE de PENMARC'H, POINTE de la TORCHE, QUIMPER, DOUARNENEZ.....des côtes et des lieux magnifiques, des sites d'une grande beauté où les plages, les criques et les monuments se volent la vedette...

« Quatre mousquetaires » Alain, Daniel, Gérard et Hervé animateurs et contributeurs de la Retraite Sportive Ligérienne à NANTES, entreprenants, vaillants et grands amateurs d'espace, de liberté et de vélo ont une nouvelle fois séduit le groupe des 17 participants en proposant un beau circuit sur 4 jours en terre bretonne avec hébergement et restauration dans un camping sublime (accueil chaleureux-hébergement confortable et restauration digne d'un chef étoilé) situé à MOUSTERLIN.

Chaque jour, un parcours différent et varié entre bord de mer et campagne environnante en utilisant au maximum les sentiers côtiers, la voie verte ou les petites routes avec pique-nique dans des endroits remarquables même si parfois la météo n'a pas toujours été clémente.

Nous avons ainsi parcouru 180 kilomètres en toute quiétude (pas de crevaisson) tout au long d'une côte bretonne riche et débordante de récifs, de baies, d'anses, de marais littoraux, de paysages dunaires, de roches étranges et de toutes colonies d'oiseaux qui y résident ou y passent...

Les vélo-randonneurs de la R.S.L. ont partagé une nouvelle fois grands moments de convivialité, de plaisir et de sensibilité face à la beauté et la richesse des lieux traversés.

Alain

Séjour cyclo tourisme

3-7 juin 2019

LES CYCLOS SUR LES ROUTES DE L'AUBE ET DE L'YONNE

Du 3 au 7 juin, les cyclotouristes ont effectué un périple à la découverte de ces 2 départements et parcouru 450 km. Partant chaque jour d'ETOURVY, commune d'origine de l'organisateur, la 1^{ère} étape a sillonné les routes du Pays d'Othe, région naturelle de collines boisées avec comme commune principale CHAOURCE qui est réputée pour son fromage.

La 2^{ème} étape, constituée de très nombreuses et longues côtes, s'est déroulée sous un soleil de plomb, et a emprunté le nord de la Bourgogne au travers des magnifiques vignobles de CHABLIS et également de découvrir le village médiéval de NOYERS.

La 3^{ème} étape, plus roulante autour du lac des Forêts d'ORIENT ou lac réservoir SEINE, conçu dans le but de protéger PARIS des inondations, puis à travers des villages constitués de belles demeures champenoises.

La 4^{ème} étape, direction la région de la côte des Bars et notamment LES RICEYS village de caractère que l'on atteint après une très longue montée et qui possède la plus importante superficie du vignoble de champagne.

Dernière étape, pour se diriger vers TONNERRE, et sa source exsurgence DIONNE située dans le centre ville avec un débit de 300 l/seconde.

Sans oublier après avoir "avalé" toutes ses difficultés, les visites et dégustations effectuées à la coopérative La Chablisienne et chez un récoltant indépendant de champagne qui ont été appréciées.

Merci à Alain MOROT, notre Gentil Organisateur, de nous avoir accueilli dans sa maison familiale, de nous avoir fait dégusté les spécialités culinaires régionales, et partagé un bon moment de convivialité et de bonne humeur.

Guy



Sortie de fin d'année : ROCHEFORT

13 juin 2019

Nous partons sous un ciel chargé de nuages et part temps frais, les cars et les chauffeurs sont prêts pour nous emmener découvrir la ville de Rochefort en Charente Maritime... Et c'est vers 10h que ceux-ci nous déposent à l'office de tourisme où 3 guides nous attendent dès la descente des cars... la pluie s'invite également.

Les 3 groupes constitués se dirigent :

- soit pour la visite de l'ancienne école de médecine et son musée, cette école fondée en 1722, dédiée aux pathologies maritimes et lieu de formation des chirurgiens, nous découvrons sa superbe bibliothèque, ses curiosités sur l'être humain !!

- soit pour la visite de l'arsenal et de la corderie royale. Le plus long bâtiment industriel d'Europe au XVIII^e siècle, son histoire, sa manufacture de cordage (le filage, le commettage, le matelotage) etc..

- soit le centre ville de Rochefort avec son histoire riche, ville construite en damier, façades alignées unité de son architecture préservée, ses belles demeures, son château d'eau etc.

Mais au cours de cette belle journée, le soleil étant revenu, nous réchauffant, nous n'avons pas oublié de nous sustenter au resto de « la belle poule » dans une très bonne ambiance... hélas le temps nous est compté...et c'est à 17h que nous reprenons la route un peu frustrés de n'avoir pas plus de temps pour apprécier cette visite et tous ses trésors. Nos 3 guides nous ont donné l'envie d'y revenir et pourquoi pas...

Nous nous quittons à la Beaujoire, il nous reste qu'à souhaiter à tout un chacun et chacune de belles vacances ensoleillées. Martine



A vos agendas pour la rentrée...!

Assemblée générale le 21 novembre 2019

Ce sont les 20 ans de notre association ! Alors pour cet anniversaire , nous ferons la fête sans compter !!!!

Séjour Espagne

Du 22 au 28 septembre, Corinne a concocté un séjour dans la Sierra de Guerra pour une belle rando Pédestre

Séjour raquette

Un séjour raquette neige est en cours d'organisation pour les mois d'hiver ...

Depuis 5 ans ,avec 3 numéros par an, je vous ai informé des activités et projets de la RSL.

J'ai aimé vous faire partager les bons moments, tous les échos.

Mettre en page les articles, rechercher des textes des images poétiques, ludiques, amusantes sur internet

Le temps est venu pour moi de prendre ma « retraite ».

Mais une nouvelle édition avec un nouveau rédacteur vous attendra au mois de décembre et ...

..Moi pendant ce temps là ...



Message personnel

