



## Club Omnisport de la Retraite Sportive 74

Affilié à la **F**édération de la **R**etraite **S**portive  
« Le Plaisir d'être ensemble »

### **BULLETIN N° 11** **Janvier 2018**



### ***Toute l'équipe du CORS 74 :***

Les dirigeants, tous les animateurs, tous les référents, tous les bénévoles, vous souhaitent

**Une Bonne et Heureuse Année  
2018 .....  
MaxiSportive**

### **SOMMAIRE**

#### ***Mot de la Présidente***

#### ***Informations diverses :***

- ***Séjours Sportifs, Paddle, Marche Nordique, Randonnées Pédestres***
- ***Expositions d'Art et Repas Dansant - Bulletin d'inscription***
- ***Randonnées Evasion - Bulletin d'inscription***



## **MOT DE LA PRESIDENTE**

Cher(e)s Ami(e)s Sportifs,

Tous nos vœux de bonheur et de bonne santé à chacune et chacun d'entre vous. Que 2018 vous apporte tout ce dont vous rêviez. Pour nous au CORS les rêves se sont réalisés. Nos appels ont été entendus puisque nous avons eu la grande joie d'accueillir un nouveau responsable rando petite journée en la personne de **Jean-Luc MOREAU** que nous remercions très vivement pour son engagement et tous nos vœux l'accompagnent.

Nous avons également le plaisir de voir la mise en place de nouvelles activités comme **le ski de randonnée avec un animateur spécialisé et les ballades EVASION** à partir de mi-avril. Renseignements et bulletin d'inscription dans ce bulletin.

2018 sera une année exceptionnelle pour le CORS et le CODERS 74 puisque nous aurons le très grand honneur d'accueillir exceptionnellement en cette année olympique des jeux d'hiver, l'Assemblée Générale de notre Fédération -la FFRS- le 15 mars à ST-JORIOZ.

Le jeudi après-midi du 15 et le vendredi 16 mars pour accompagner les représentants des différents clubs venus de la France entière, des excursions et visites spéciales découvertes de notre belle région seront organisées. Excursions et visites auxquelles il vous sera possible de participer en vous adressant à **l'Office de Tourisme d'ANNECY** avec inscription aux excursions en ligne avant le 15 février, dans la mesure des places disponibles -<http://inscription.lac-annecy.com/inscriptions/ffrs>-

Notre traditionnel repas dansant se tiendra le JEUDI 12 AVRIL à l'Espace Rencontre ANNECY-LE-VIEUX. Bulletin d'inscription dans ce bulletin.

Un grand grand merci à tous les bénévoles qui s'engagent et se dévouent tout au long de l'année pour que vive notre club, tant à l'accueil que dans toutes les activités.

Encore Bonne Année Sportive à tous,

Votre Présidente Gabrielle ROTHAN



## **SEJOURS SPORTIFS**



Le séjour « raquettes-ski de fond » du 11 au 18 mars 2018 aura lieu à Val-Cenis.  
A ce jour, une place est encore disponible pour une dame !

Le séjour « randonnées » aura pour cadre Belle-Ile en Mer du 9 au 16 septembre 2018. Il est complet.

Nous avons en projet un séjour « raquettes-ski de fond » du 13 au 20 janvier 2019 à Super Besse dans le Puy-de-Dôme. Dès qu'il sera concrétisé, les renseignements nécessaires seront publiés sur le site du CORS 74.

A l'étude également, un séjour de randonnées d'été du côté des Cévennes ou de l'Aveyron.

Richard DEBERNARDI : Responsable des séjours sportifs - [debernardi.richard@gmail.com](mailto:debernardi.richard@gmail.com) – 06.50.67.95.94



### **EXPOSITION D'ART REPAS DANSANT DU 12 AVRIL 2018**

Comme l'année dernière, le repas dansant du CORS 74 sera l'occasion, pour les artistes amateurs qui le souhaitent, d'exposer quelques une de leurs œuvres (peintures, pastels, aquarelles, dessins, photographies, patchwork, etc).

Les participants à l'activité « Dessin en promenade » n'ont pas à répondre, un emplacement leur étant déjà réservé.

Inscriptions (avant le 28 février) et renseignements auprès de Richard DEBERNARDI [debernardi.richard@gmail.com](mailto:debernardi.richard@gmail.com) - 06.50.67.95.94



## **PADDLE**

Pour la saison de PADDLE 2018, je vous invite à aller sur le site du Club et du Paddle.

En mai prochain, en fonction du temps et de l'eau, nous pourrions reprendre notre activité, mais j'aimerais « tourner » autour du lac d'ANNECY en louant le matériel à ANNECY, SEVRIER, ST JORIOZ, VEYRIER, MENTHON et ANGON ; l'accès pourrait se faire en vélo par la piste cyclable ou en covoiturage et pourquoi pas, partir la journée aux lacs d'AIX-LES-BAINS ou d'AIGUEBELETTE.

**Faites-moi connaître votre avis sur le site du : [paddlecors74ml@yahoo.fr](mailto:paddlecors74ml@yahoo.fr)**

Responsable : Michel LEMOINE



## **MARCHE NORDIQUE - UN SUCCES COMPLET**

Notre fonctionnement toujours inchangé par session de 5 séances au tarif habituel.

Du **NOUVEAU** cette année 2018 avec 2 sessions **HIVERNALES** le lundi après-midi de 14h à 15h30 (rendez-vous 13h45) - Contact Lucette BEAUQUIS 06 07 16 35 56.

- 1° session du 8/01 au 5/02 (**+ de 35 inscrits**)
- 2° session du 19/02 au 19/03 (il reste quelques places)

Vous trouverez ci-dessous notre programmation pour Avril/Mai et Mai/Juin 2018 :

**1<sup>ère</sup> session** - lundi 9-16-23-30 avril et 7 mai

mercredi 4-11-18-25 avril et 2 mai

vendredi 6-13-20-27 avril et 4 mai

**2<sup>ème</sup> session** - lundi 14-28 mai et 4-11-18 juin

mercredi 23-30mai et 6-13-20 juin

vendredi 18-25 mai et 1-8-15 juin

A noter surtout :

- la réunion annuelle **du 27 Février à la maison de MALAZ à SEYNOD à 16h45**, parking au fond du chemin (infos et inscriptions de printemps)
- la sortie journée prévue le **Mardi 17 Avril 2018** (vacances scolaires).

**Un bulletin d'inscription sera sur le site avant le 27/02 et disponible à la réunion.**

Et encore si besoin Marcel au 06 77 41 53 68



## **RANDONNEES JOURNEE**

Notre saison hiver se déroulant, nous nous tournons dès à présent vers les randonnées d'été.

La saison été 2017 a été marquée par des sorties spéciales plus éloignées, engageant deux chauffeurs de car. Ces sorties ayant pour but de sortir des cadres habituels, pourraient être reconduites en 2018. Afin de vous satisfaire, avant de renouveler cette opération, nous souhaiterions avoir l'avis des personnes qui ont participé à ces randonnées particulières.

Les personnes qui ont une adresse électronique, recevront un mail avec lequel ils nous retourneront leur vote. Celles qui ne possèdent pas d'adresse électronique seront contactées personnellement. Les réponses seront analysées et décideront de la reconduction ou non pour l'été 2018.

**Pour tous renseignements concernant la saison été, nous vous convions à la réunion d'information Petite et Grande Journée qui aura lieu le 19 Avril à partir de 14h salle des fêtes de POISY.**

Vos animateurs et responsables



## **RANDONNEES « EVASION »**

Ces sorties de proximité avec peu de dénivelé auront lieu tous les mardis après-midi de 12h30 à 17h du mardi 17 avril à fin septembre (sauf en août) avec un départ du parking Ste Bernadette côté Avenue de France (rassemblement 12h / 12h15).

Elles visent en 1<sup>er</sup> lieu à s'adonner à une activité physique des plus bénéfiques la marche, tout en faisant découvrir la « campagne » et la « petite montagne » environnantes, principalement sur des chemins de terre -18 circuits en boucle de 5 à 10 km (2 à 3 heures d'effort).

Ces sorties se feront en minicar 19 places (permanence des inscriptions au CORS le vendredi précédent de 14h à 15h30).

Le programme des sorties comprendra LA BALME DE SILLINGY Le Lac / HAUTEVILLE-SUR-FIER Les Grandes Raies / CLERMONT Droisy / MARLIOZ etc.....

Tarif des sorties : inscription prioritairement par forfait de 4 sorties (40 € par chèque à l'ordre du CORS 74) ou au coup par coup dans la limite des places disponibles + un chèque de caution de 10 € qui sera rendu en fin de saison si non utilisé. Les sorties annulées par le CORS 74 seront remboursées.

Une réunion information / présentation de l'activité pourrait se faire au printemps prochain.

Responsable activité et animateur : Georges FRAIX-BURNET -tél. 06 77 30 38 33- [mynou74@yahoo.fr](mailto:mynou74@yahoo.fr)

---

### **BULLETIN INSCRIPTION RANDO EVASION**

**NOM** ..... **PRENOM** .....

**N° de Licence** .....

**N° téléphone fixe** ..... **Portable** .....

**Adresse Mail** .....

**Ci-joint :**

- Chèque de caution de 10 € à l'ordre du CORS 74 (Préciser au dos du chèque Rando Evasion)
- Chèque de 40 € forfait de 4 sorties -17 et 24 avril-15 et 22 mai (pas de sortie les 1<sup>er</sup> et 8 mai-jours fériés)

**Retour des forfaits au plus tard le 31 MARS 2018 (boîte aux lettres CORS ou permanence CORS le mardi de 14h à 17h)**

**Début de l'activité le mardi 17 AVRIL 2018 - 1<sup>ère</sup> permanence le vendredi 13 AVRIL 14h à 15h30.**

**RENOUONS avec la TRADITION et RETROUVONS-NOUS pour**

