



SAISON 2025/2026  
CALENDRIER DES ENTRAÎNEMENTS

Le responsable trouve un parcours et mène la marche. Il doit porter son gilet de sécurité.  
En cas d'empêchement, il doit se trouver un remplaçant en prenant contact avec un adhérent.  
Veiller à respecter la durée de 3 heures **déplacement éventuel compris**.

**Marches en semaine : Départ du parking du gymnase de La Coutancière. Le Jeudi à 14 h, le Mardi à 8h30**

| Date                          | Groupe 1 Marche Soutenue |             |   | Groupe 2 Marche moins soutenue |   | Commentaires   |
|-------------------------------|--------------------------|-------------|---|--------------------------------|---|--|
|                               | Responsable              | Co Equipier |   | Responsable                    | Co Equipier   |  |
| mardi 9 septembre 2025        | Francis ZARZYCKI         |             |   |                                |   | On fera une reprise douce et un seul groupe  |
| jeudi 18 septembre 2025       |                          |             |   | Hélène FAVAREL                 |   |  |
| mardi 23 septembre 2025       |                          |             |   |                                |   |  |
| jeudi 2 octobre 2025          |                          |             |   |                                |   |  |
| mardi 7 octobre 2025          |                          |             |   |                                |   |  |
| jeudi 16 octobre 2025         |                          |             |   |                                |   |  |
| mardi 21 octobre 2025         |                          |             |   |                                |   | Balade culturelle à Nantes au départ de La Chapelle par le Tram Train, thème Trentemoult |
| jeudi 30 octobre 2025         |                          |             |   |                                |   |  |
| <b>mardi 4 novembre 2025</b>  |                          |             | D<br>i<br>v<br>e<br>i<br>n<br>s<br>i<br>2<br>o<br>n<br>d<br>e<br>d<br>m<br>u<br>i<br>-<br>g<br>g<br>r<br>o<br>u<br>p<br>e<br>s<br><br>1 |                                |   |  |
| <b>jeudi 13 novembre 2025</b> |                          |             |   |                                |   | Mise en place du groupe marche 6 km/h pour préparation Audax                             |
| <b>mardi 18 novembre 2025</b> |                          |             |   |                                |   | Mise en place du groupe marche 6 km/h pour préparation Audax                             |
| <b>jeudi 27 novembre 2025</b> |                          |             |   |                                |   | Mise en place du groupe marche 6 km/h pour préparation Audax                             |
| <b>mardi 2 décembre 2025</b>  |                          |             |   |                                |   | Mise en place du groupe marche 6 km/h pour préparation Audax                             |
| <b>samedi 6 décembre 2025</b> | Marche Téléthon          |             |   |                                |   | Marche familiale, Besoin d'un maximum de bénévoles pour l'encadrement                    |
| <b>jeudi 11 décembre 2025</b> |                          |             |   |                                |   | Mise en place du groupe marche 6 km/h pour préparation Audax                             |
| <b>mardi 16 décembre 2025</b> |                          |             |   |                                |   | Mise en place du groupe marche 6 km/h pour préparation Audax                             |
| <b>mardi 6 janvier 2026</b>   |                          |             |   |                                |   | Mise en place du groupe marche 6 km/h pour préparation Audax                             |
| jeudi 15 janvier 2026         |                          |             |   |                                |   | Mise en place du groupe marche 6 km/h pour préparation Audax                             |
| mardi 20 janvier 2026         |                          |             |   |                                |   |  |
| jeudi 29 janvier 2026         |                          |             |   |                                |   |  |
| mardi 3 février 2026          |                          |             |   |                                |   |  |
| jeudi 12 février 2026         |                          |             |   |                                |   |  |
| mardi 17 février 2026         |                          |             |   |                                |   |  |
| jeudi 26 février 2026         |                          |             |   |                                |   |  |
| mardi 3 mars 2026             |                          |             |   |                                |   |  |
| jeudi 12 mars 2026            |                          |             |   |                                |   |  |
| mardi 17 mars 2026            |                          |             |   |                                |   |  |
| jeudi 26 mars 2026            |                          |             |   |                                |   |  |
| mardi 31 mars 2026            |                          |             |   |                                |   |  |
| jeudi 9 avril 2026            |                          |             |   |                                |   |  |
| mardi 14 avril 2026           |                          |             |   |                                | Balade culturelle à Nantes au départ de La Chapelle par le Tram Train, thème le jardin des plantes et la cathédrale |  |
| jeudi 23 avril 2026           |                          |             |   |                                |   |  |
| mardi 28 avril 2026           |                          |             |   |                                |   |  |
| jeudi 7 mai 2026              |                          |             |   |                                |   |  |
| mardi 12 mai 2026             |                          |             |   |                                |   |  |
| jeudi 21 mai 2026             |                          |             |   |                                |   |  |
| mardi 26 mai 2026             |                          |             |   |                                |   |  |
| jeudi 4 juin 2026             |                          |             |   |                                |   |  |
| mardi 9 juin 2026             |                          |             |   |                                |   |  |
| jeudi 18 juin 2026            |                          |             |   |                                |   |  |
| mardi 23 juin 2026            |                          |             |   |                                | Marche avec Pique nique   |  |



**SAISON 2025/2026  
CALENDRIER DES ENTRAÎNEMENTS**

Le responsable trouve un parcours et mène la marche. Il doit porter son gilet de sécurité.  
 En cas d'empêchement, il doit se trouver un remplaçant en prenant contact avec un adhérent.  
 Veiller à respecter la durée de 3 heures **déplacement éventuel compris**.  
**Marches des Dimanches : Départ à 8h30. Le Dimanche parking du collège Beauregard**

| Date                       | Responsable                         | Co Equipier | Commentaires  |
|----------------------------|-------------------------------------|-------------|---|
| dimanche 14 septembre 2025 |                                     |             |   |
| dimanche 28 septembre 2025 |                                     |             |   |
| dimanche 12 octobre 2025   |                                     |             |   |
| dimanche 26 octobre 2025   |                                     |             |   |
| dimanche 9 novembre 2025   |                                     |             |   |
| mardi 11 novembre 2025     |                                     |             | <b>L'Orvaltaise</b>   |
| dimanche 23 novembre 2025  |                                     |             |   |
| dimanche 7 décembre 2025   |                                     |             |   |
| dimanche 21 décembre 2025  |                                     |             |   |
| dimanche 4 janvier 2026    | <b>Reconnaissance Audax du club</b> |             | <b>Attention nous reconnaitrons le parcours de l'Audax --&gt; Distance 25 km à la Vitesse de 6 km/h avec un départ à 08h00 de Jean Jaurès</b> |
| dimanche 18 janvier 2026   | <b>Audax du club</b>                |             | <b>Besoin d'un maximum de bénévoles</b>   |
| dimanche 1 février 2026    |                                     |             |   |
| dimanche 15 février 2026   |                                     |             |   |
| dimanche 1 mars 2026       |                                     |             |   |
| dimanche 15 mars 2026      |                                     |             |   |
| dimanche 29 mars 2026      |                                     |             |   |
| dimanche 12 avril 2026     |                                     |             |   |
| dimanche 26 avril 2026     |                                     |             |   |
| dimanche 10 mai 2026       |                                     |             | -   |
| dimanche 24 mai 2026       |                                     |             |   |
| dimanche 7 juin 2026       |                                     |             |   |
| dimanche 21 juin 2026      |                                     |             |   |