

Permanences

Mardi 9h30-11h30 – Jeudi 16h30-18h30 - Vendredi 9h30-13h

02 43 69 56 74 - aflec@free.fr

**Nouveau**

**RandOxygène**

Pour celles et ceux qui apprécient les petites randonnées (5 à 6 kms), un circuit supplémentaire sera ajouté aux randonnées habituelles :

Le dimanche 7 et le mercredi 17 septembre 2014 à St Léger en Charnie

Le dimanche 5 et le mercredi 15 octobre 2014 à Sacé

**Si cette nouvelle « Rand Oxygène » rencontre le succès escompté, cette formule sera reconduite lors des prochaines randonnées.**

Contact : Paul SILORET 02-43-68-37-14, Auguste GROSBOIS 02-43-66-18-88



**SORTIE RANDO LE DIMANCHE 28 SEPTEMBRE 2014**

Venez découvrir le patrimoine de la Ferté Bernard, cette charmante petite cité renaissance surnommée « la Venise de l'Ouest »



La magnifique porte St Julien

**Au Programme:**

Le matin : visite guidée du centre historique de 9 h 30 à 11 h 30

L'après midi : randonnée découverte de la vallée de l'Huisne avec guide 8km

Prévoir pique-nique dans le sac

Rendez vous à 6 h 45 sur le parking des portes de Coupeau à St Berthevin, pour un départ à 7 h

**Tarif : 27€ par personne**

**Contacts:**

F.HALOUSE 02 43 69 28 29 / A. GROSBOIS 02 43 66 18 88

**A LA DÉCOUVERTE DE MOSCOU ET ST PÉTERSBOURG**

Deux groupes d'une trentaine de personnes sont partis en Russie du 9 au 16 mai et du 16 au 23 mai 2014.

Les trois premiers jours, les participants ont découvert la capitale Moscou avec visite panoramique de la ville, entrée au Kremlin près de la fameuse place rouge, excursion à Serguiev Possad et son célèbre monastère de la Trinité St Serge sans oublier la fameuse galerie Tretiakov ainsi que le métro de Moscou. Après une nuit passée dans le train, les trois jours



A Tsarskoïe Selo, près de St Pétersbourg, avec notre guide Sacha.

suivants ont été consacrés à la visite de la capitale de Pierre le Grand : St Pétersbourg. Là aussi les visites se sont succédées à un rythme soutenu : forteresse Pierre et Paul et sa collégiale qui renferme les tombeaux des Romanov, musée de l'Ermitage, palais Youssouпов et celui de Paul Ier à Pavlosk ainsi que celui de Catherine à Tsarskoïe Selo . Bref, un programme très riche historiquement et culturellement dans une ambiance fort sympathique.

**En Bref**

**VOYAGE DES ENFANTS**

Il est encore possible de s'inscrire pour voir les Machines de l'île à Nantes

**Le mardi 8 Juillet**

Contact : G.GOHIER  
02 43 02 84 91



**INSCRIPTIONS aux ACTIVITES 2014-2015 :**

- Par courrier, dès parution de la plaquette fin juillet, ou aux horaires habituels de permanences à partir du mardi 26 Août
- Au bureau de l'AFLEC avec permanences des bénévoles  
Mercredi 3 septembre de 16 h à 19 h  
Vendredi 5 septembre de 17 h à 19 h 30  
Mercredi 10 septembre de 17 h 30 à 19 h  
Samedi 13 septembre de 10h à 12h
- Au Forum des Sports et des Associations de 11 h à 17 h (Espace B.Le Godais) le samedi 6 septembre

**RANDONNEES PEDESTRES**

**St Léger en Charnie 10.5 km**

**Dimanche 7 septembre 2014**

**Mercredi 17 septembre 2014**

Rdv à 13h30 au parking **des portes de Coupeau** ou 14h place de l'église de St Léger en Charnie  
A.GROSBOIS 02 43 66 18 88  
JP BARON 06 65 48 65 85

**Sacé 11.5 km**

**Dimanche 5 octobre 2014**

**Mercredi 15 octobre 2014**

Rdv à 13h30 au parking **des portes de Coupeau** ou 14h place de l'église de Sacé  
A.JOUANNIC 06 12 71 06 18  
JP BARON 06 65 48 65 85

Site : [www.aflec.fr](http://www.aflec.fr)