

Semaine-Dates	Départ des Balnéides	Départ de la MN	Lieu de départ de la MN	Circuit	Animateur - accompagnateur de la MN Tonique > 6Km/h	Animateur - accompagnateur de la MN Rapide = 6Km/h	Animateur - accompagnateur de la MN Normale < 6Km/h	Animations – Renforcements musculaires	Covoiturage 0,05€/km	
Sem. 45 Lundi 06/11/23	9h00	9h30	Parking du Fort de Ste Marine - Rue des Glénan - Ste MARINE ( N 47.863830 , W -4.113882)	Pigeonnier Roscanvel Kermor	<b>SORTIE ANNULEE APRES RECONNAISSANCE DES PARCOURS SUITE AUX CONDITIONS METEO DES DERNIERS JOURS</b>					
Sem. 45 Jeudi 09/11/23		18h00	Parking du Grand Large à Moustierlin FOUESNANT ( N 47.848217, W -4.035363)	Grand Large Beg Meil	<b>SORTIE ANNULEE SUITE AUX CONSEQUENCES DES TEMPETES CIARAN ET DOMINGOS</b>					
Sem. 46 Lundi 13/11/23	9h00	9h30	Parking de la Chaumière à Ste MARINE- COMBRIT au bout de la Rue de la Plage , ( N 47.865345 , W - 4.121696)	Kermor - Fort de Ste Marine - Ile Tudy	LUNVEN Rémy BOURBIGOT Marcel	FAUBERT Béatrice BOURBIGOT Marie-Thérèse	KERBOUL Louis CLOART Jean-Yves	Cardio - Renforcement des adducteurs et abducteurs	1,50 €	
Sem. 46 Samedi 18/11/23					FAUBERT Béatrice BOURBIGOT Marie-Thérèse	FAUBERT Jérôme BOURBIGOT Marcel				
Sem. 47 Lundi 20/11/23		9h30	Parking du Grand Large à Moustierlin FOUESNANT ( N 47.848217, W -4.035363)	Grand Large	MINIER Jean-Luc SIMON Daniel	TOULGOAT Rémy LE ROUX Roger	LEOST Annie PETIT-ETIENNE Mylène	Cardio - Proprioception		
Sem. 47 Samedi 25/11/23					TOULGOAT Rémy GELEBART Isabelle	MINIER Jean-Luc LARGILLIERE Brigitte				
Sem. 48 Lundi 27/11/22	9h00	9h30	Parking de la plage de Kermor au bout de la route de Kermor COMBRIT ( N 47.862521 , W -4.135362)	Kermor - Fort de Ste Marine - Ile Tudy	KERBOUL Louis MAGUET Marie-Hélène	EVENNOU Jean-Pierre LARGILLIERE Brigitte	TOULGOAT Rémy MOUGENOT Marie-Jo	Cardio - Renforceme des adducteurs et abducteurs	1,50 €	
Sem. 48 Samedi 02/12/23					EVENNOU Jean-Pierre NICOLAS -PISTILLI Dominique	KERBOUL Louis CLOART Jean-Yves				
Sem. 49 Lundi 04/12/23		9h30	Parking de la Pointe de Moustierlin FOUESNANT ( N 47. 846491 , W -4.039803 )	Pointe de Moustierlin chapelle de St Sébastien	PEROT Jean-Luc SIMON Daniel	NICOLAS-PISTILLI Dominique ARHAN Robert	FAUBERT Béatrice PETIT - ETIENNE Mylène	Amplitude - Gainage		
Sem. 49 Samedi 09/12/23					FAUBERT Béatrice BOURBIGOT Marcel	PEROT Jean-Luc BOURBIGOT Marie-Thérèse				
Sem. 50 Lundi 11/12/23	8h50	9h30	Parking Avenue du Corniguel QUIMPER (N 47.970783, W -4.107856)	Circuit du Corniguel	FAUBERT Jérôme MAGUET Marie-Hélène	LUNVEN Rémy CARRE Jean-Yves	MINIER Jean-Luc MOUGENOT Marie-Jo	Dénivelés + Cardio - Proprioception	2,00 €	
Sem. 50 Samedi 16/12/23					LUNVEN Rémy LARGILLIERE Brigitte	TOULGOAT Rémy GELEBART Isabelle				

Semaine-Dates	Départ des Balnéides	Départ de la MN	Lieu de départ de la MN	Circuit	Animateur - accompagnateur de la MN Tonique > 6Km/h	Animateur - accompagnateur de la MN Rapide = 6Km/h	Animateur - accompagnateur de la MN Normale < 6Km/h	Animations – Renforcements musculaires	Covoiturage 0,05€/km
Sem. 51 <b>Lundi</b> <b>18/12/23</b>		9h30	Parking de KERBADER FOUESNANT ( N 47.860523 , W – 4.022516)	Kerbader Grand Large	PEROT Jean-Luc ARHAN Robert	LEOST Annie RABIER Jacques	KERBOUL Louis BARRAUD Martine	Synchronisation bras/jambes - Proprioception	
Sem. 01 <b>Samedi</b> <b>06/01/24</b>					EVENNOU Jean-Pierre NICOLAS -PISTILLI Dominique	PEROT Jean-Luc LARGILLIERE Brigitte			
Sem. 02 <b>Lundi</b> <b>08/01/24</b>	9h00	9h30	Parking du Pont de Cornouaille COMBRIT ( N 47.878502 , W -4.142031)	Bois de Roscouré	FAUBERT Jérôme MAGUET Marie-Hélène	FAUBERT Béatrice CARRE Jean-Yves	LEOST Annie CLOART Jean-Yves	Dénivelés - Renforcement des bras	1,00 €
Sem. 02 <b>Samedi</b> <b>13/01/24</b>						LEOST Annie LARGILLIERE Brigitte	EVENNOU Jean-Pierre GELEBART Isabelle		
Sem. 03 <b>Lundi</b> <b>15/01/24</b>		9h30	Parking de Kerambigorn Beg Meil FOUESNANT ( N 47.854797 , W -3.991547)	Kerbader Grand Large	MINIER Jean-Luc ARHAN Robert	FAUBERT Jérôme LE ROUX Roger	LUNVEN Rémy PETIT-ETIENNE Mylène	Montées / descentes - Gainage	
Sem. 03 <b>Samedi</b> <b>20/01/24</b>					FAUBERT Jérôme BOURBIGOT Marcel	MINIER Jean-Luc LE REST François			
Sem, 04 <b>Lundi</b> <b>22/01/24</b>	9h00	9h30	Parking de l'Anse St Jean Allée du Ressac CONCARNEAU ( N 47,896893 , W -3,943464 )	Anse St Jean Voie verte	FAUBERT Béatrice SIMON Daniel	NICOLAS-PISTILLI Dominique RABIER Jacques	PEROT Jean-Luc BARRAUD Martine	Synchronisation bras/jambes - Proprioception	1,00 €
Sem, 04 <b>Samedi</b> <b>27/01/23</b>						PEROT Jean-Luc LARGILLIERE Brigitte	NICOLAS-PISTILLI Dominique CLOART Jean-Yves		
Sem. 05 <b>Lundi</b> <b>29/01/24</b>	9h00	9h30	Parking de la plage de Kermor au bout de la route de Kermor COMBRIT ( N 47.862521 , W -4.135362)	Pigeonnier Roscanvel Kermor	LUNVEN Rémy SIMON Daniel	MINIER Jean-Luc NEDELEC Annie	TOULGOAT Rémy MOUGENOT Marie-Jo	Cardio - Renforcement des aucteurs et abducteurs	1,50 €
Sem. 05 <b>Samedi</b> <b>03/02/24</b>						TOULGOAT Rémy BOURBIGOT Marie - Thérèse	LEOST Annie EVENNOU Jean-Pierre		