

Edito



**Rencontre inter-Clubs**

La rencontre inter-clubs s'est déroulée le 9 juin à Mesquer cette année .

Elle était organisée par la RSMC « retraite sportive Mesquer couleur » ce nouveau club de la FFRS.

Nous étions 24 membres de la RSL pour cette belle journée où chacun a pu échanger avec des adhérents d'autres clubs en pratiquant notamment :

Randonnée, Danse, Marche aquatique et Pétanque

Nous avons fait une pose pique-nique avant de nous retrouver pour une après-midi festive faite de musique et de danse



## La Bretagne en randonnée

16-19 mai 2022

On a aimé la Bretagne sous la pluie, sous le soleil.  
 On a aimé ses paysages variés, la mer, la plage, les dunes, les sous-bois, les marécages, le chemin côtier et ses villages : Mousterlin, Ile Tudy, Sainte-Marine, Fouesnant .  
 On a aimé le camping et ses propriétaires charmants et la bonne cuisine.  
 On a aimé les apéros, variés et colorés, concoctés par les animatrices.  
 On a aimé le choix de petites ou grandes marches .  
 On a aimé se retrouver sans masque et sans gel hydroalcoolique.  
 Bref on a tout aimé ...

Dis « C'est quand qu'on repart ! »



## La pétanque festive



### Journée champêtre de l'activité pétanque

Nous étions 31 adhérents, 15 femmes et 16 hommes, parité respectée...qui se sont retrouvés au parc du Grand Blottereau le jeudi 2 juin pour partager pleinement ce moment de convivialité. En attendant l'apéritif, tout le monde a pu participer aux jeux de palets et Molky proposés par Norbert.

Ensuite, chacun a pu déguster son repas tiré du sac mais également goûter aux excellents desserts préparés par les uns les autres. L'après midi, des parties de pétanque disputées sous les ombrages du parc ou les terrains ensablés, ont été appréciées par les participants. Cette belle journée ensoleillée se terminant par le verre de l'amitié et les vocalises d'Alain.

Vivement la saison prochaine. Guy

## La danse en plein air



Les danseuses ont pris l'air en ce mercredi 8 juin .

Elles ont profité du parc du grand Blottereau pour partager un moment de convivialité .



## Les Alpes Mancelles en mode cyclotourisme

14-17 Juin

Comme chaque année depuis 2013, 8 cyclotouristes RSL ont parcouru un nouvelle étape dans un joli coin de France. Cette année, notre semaine nous a amenés dans les « Alpes Mancelles », juste à la limite de Sarthe, Mayenne et Orne. Nous avons comme de coutume mélangé cyclisme et tourisme, avec la découverte (pour certains, car en 2013 nous y avons déjà roulé) des paysages et localités de ces départements : Saint Cenery le Gerei (plus beau village de France), Corniche de Pail, Forêt de Perseigne, etc.

Hélas les températures de plus en plus caniculaires, nous ont obligé à la fin, à ne rouler que le matin, mais sécurité d'abord. Également, le relief qui combiné avec la chaleur nous a procuré quelques déboires, et à nous hydrater au mieux !! en route, et aussi à l'arrivée !!. Si nous avons fait l'étape classique JUBLAINS « ville romaine » et SAINTE-SUZANNE « ville médiévale », l'étape BAGNOLES DE L'ORNE (magnifique station thermale) et LASSAY LES CHATEAUX « ville historique » a dû être hélas supprimée. Les bords de Sarthe ont aussi été au programme avec FRESNAY et BEAUMONT.

Mais la cerise sur le gâteau fut bien la montée à vélo au mont des AVALOIRS (avec ses 416 m : plus au sommet de l'ouest) et la montée à pied des 140 marches du belvédère qui le surplombe et d'où la vue sur 360° est impressionnante sur tout l'ouest de la France. Je conclurai par cette maxime : **il n'est pas nécessaire d'espérer pour entreprendre, ni de réussir pour persévérer, alors continuons, rendez-vous à l'année prochaine.**



J.Rougier.



## L'active mémoire

Dernier cours d'active mémoire ...Il paraît que tout est bon pour cultiver sa mémoire !



## Rennes le 22 juin 2022

### Sortie de fin d'année pour la RSL

Visites avec des guides excellents pour nous faire découvrir le Rennes historique, le parlement, les rivières et canaux de la ville.

Restaurant impeccable.

Quelle belle journée concoctée par **Martine et Guy** !

Ils avaient même exigés que la pluie ne tombe que lorsque nous remontrions dans le car le soir . Trop bien !



## Au long des petites routes côtières dans les Côtes d'Armor

Du 7 au 10 juin 2022

21 participants (10 femmes/11 hommes et 12 le dernier jour) avaient un doute....faire du vélo dans les côtes d'Armor, c'est vivifiant soit, mais on monte...on descend...on courbe l'échine et on accepte vent et embruns...dans un décor grandiose avec vue imprenable, une campagne verdoyante, des haies fleuries et de l'herbe haute....nous y sommes parvenus....

Cap FREHEL, SILLON de TALBERT, TREGUIER ,l'Ile de BREHAT, St. JACUT St. BRIAC, St. BRIEUC. (Plus de détails sur le blog )

Merci pour ce superbe séjour conçu, préparé et animé par Alain, Anne, Hubert et Hervé pour le **14ème séjour annuel de La Retraite Sportive Ligérienne**...Merci à Pierre , serre-file vigilant et mécanicien avisé... Merci à vous Tous pour cette belle énergie déployée et ces merveilleux moments de partage et de convivialité dans cette région bretonne si attachante.

Alain.



## Les sorties fin d'année à la RSL depuis 2010

2010-11 -> Mesquer-Guérande  
2011-12 -> Bateau de Nantes à St Nazaire  
2012-13 -> La mine Bleue  
2013-14 -> La Gacilly  
2014-15 -> Golf du Morbihan

2016-17 -> Saumur-Abbaye de Fontevraud  
2017-18 -> AirBus et Chantier Atlantique  
2018-19 -> Rochefort  
2019-20 -> Covid  
2020-21 -> Covid  
2021-22 -> Rennes

Marie-Geneviève nous a quitté brutalement début avril.

Elle était adhérente RSL depuis de nombreuses années et a été membre du comité directeur.

Elle pratiquait cette année encore la piscine, le vélo-promenade et la gymnastique.

Toutes nos condoléances à François qui reste parmi nous, adhérent à la RSL.



## A noter

Les inscriptions se feront **début juillet**

Les activités commenceront la **semaine du 12 septembre**

La piscine de la petite Amazonie sera fermée toute la saison pour travaux.

La RSL participera au forum des associations le **3 septembre** Place du commandant Cousteau Nantes

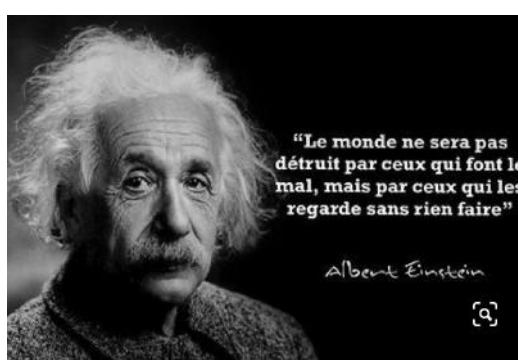
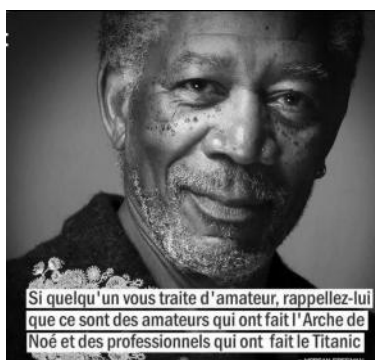
Notre Assemblée générale est fixée au **24 novembre**

Et n'oubliez pas le blog

<http://rsl44.canalblog.com/>

alimenté régulièrement par Monique pour vous tenir informés

Vous y trouverez tous ces articles complets ainsi que beaucoup d'autres et des photos supplémentaires



Si tu critiques un bénévole, sois sûr d'être capable de le REMPLACER !

LES BENEVOLES OFFRENT GRATUITEMENT LEUR TEMPS, LEUR ENERGIE.  
EN AUCUN CAS, ILS NE SONT INDEMNISES ET AUCUN AVANTAGE NE LEUR EST OFFERT.  
LEURS SEULS SALAIRES SONT \* VOTRE RESPECT, VOTRE RECONNAISSANCE, ET VOS REMERCIEMENTS \*