



Loisirs - Activités des Retraités Sportifs

Site du LARS È <https://larsretraitesport.wixsite.com/welcome>



PLANNING DES PROCHAINES SORTIES JUILLET – AOÛT – SEPTEMBRE 2025

La randonnée du Lundi fait de 5 à 7 kms.

La Marche Nordique est organisée chaque Lundi matin (environ 8 kms).

Les randonnées du Vendredi comportent 2 parcours si possible (9 à 11 kms / 6 à 8 kms)

Veuillez, s'il vous plaît, respecter l'horaire établi et arriver à l'heure sur les lieux de randonnée

es marches courtes (3/4 kms) sont organisées des Lundis matin par Marie-Jo (repérées par un surlignage jaune)

LUNDI : 9h30 - VENDREDI : 14h30

En cas de vigilance « ORANGE », la marche obligatoirement est annulée.

En cas d'annulation de marche pour tout motif, l'information est mentionnée sur le site du LARS

Privilégier le COVOITURAGE avec les adhérents habitant à proximité de chez vous

Sur Ordi Personnel format PDF: clic pour ouvrir le plan du lieu de rendez-vous ----- ↓

DATE	RESPONSABLES MARCHE	LIEU DE RENDEZ-VOUS	PLAN RV
vendredi-4-07-2025	Jacky, Gérard Pascale	CONDE-SUR-L'ESCAUT – Journée Patrimoine <i>Pour Info Covoit: Parking Boulodrome Départ 08:45</i>	RV
lundi-7-07-2025		PAS DE MARCHE TOUR DE FRANCE	
vendredi-11-07-2025	Pascale, Pierre	ODOMEZ – 6 Rue du Buiron <i>Pour Info Covoit: Parking Boulodrome Départ 14:00</i>	RV
lundi-14-07-2025		PAS DE MARCHE	
vendredi-18-07-2025	Pascale	SAINT-AMAND-LES-EAUX – THERMAL	RV
lundi-21-07-2025	Bernadette, Joëlle	BEUVRY-LA-FORET – La Croix ou Pile <i>Pour Info Covoit: Parking Rue Jean Monnet Départ 09:00</i>	RV
vendredi-25-07-2025	Gérard	SAINT-AMAND-LES-EAUX – Stade Notre d'Amour D'Amour	RV
lundi-28-07-2025	Joëlle Marie-Jo	LECELLES – Eglise (petite randonnée de 4 kms)	RV
vendredi-1-08-2025		PAS DE MARCHE	
lundi-4-08-2025	Joëlle	BEUVRY-LA-FORET – Cimetière <i>Pour Info Covoit: Parking Rue Jean Monnet Départ 09:00</i>	RV
vendredi-8-08-2025		PAS DE MARCHE	
lundi-11-08-2025		PAS DE MARCHE	
vendredi-15-08-2025		PAS DE MARCHE	

lundi-18-08-2025	Xavier	RAISMES – Base de Loisirs <i>Pour Info Covoit: Parking Ciné Leclerc Départ 09:00</i>	RV
vendredi-22-08-2025		PAS DE MARCHÉ	
lundi-25-08-2025	Joëlle Marie-Jo	WALLERS-ARENBERG – Stèle Stablinski (petite randonnée de 4 kms) <i>Pour Info Covoit: Parking Ciné Leclerc Départ 09:00</i>	RV
vendredi-29-08-2025		PAS DE MARCHÉ	
lundi-1-09-2025	Bernadette	WARLAING – Eglise <i>Pour Info Covoit: Parking Rue Jean Monnet Départ 08:55</i>	RV
vendredi-5-09-2025	Bernadette	PERONNE (Belgique)- Eglise <i>Pour Info Covoit: Parking Boulodrome Départ 13:55</i>	RV
lundi-8-09-2025	Jean-Jacques Dubois	SAINT-AMAND-LES-EAUX – Stade Notre d'Amour D'Amour	RV
vendredi-12-09-2025	Gérard	RUMEGIES - Mairie <i>Pour Info Covoit: Parking Rue Jean Monnet Départ 14:00</i>	RV
lundi-15-09-2025	Bernadette	MARCHIENNES – Stade <i>Pour Info Covoit: Parking Rue Jean Monnet Départ 09:00</i>	RV
vendredi-19-09-2025	Jacky	SAINT-AMAND-LES-EAUX – Parking Aldi	RV
lundi-22-09-2025	Jean-Jacques Dubois	TILLOY-LES-MARCHIENNES - Mairie <i>Pour Info Covoit: Parking Rue Jean Monnet Départ 09:00</i>	RV
vendredi-26-09-2025	Françoise	BERSEE – Eglise <i>Pour Info Covoit: Parking Rue Jean Monnet Départ 13:45</i>	RV
lundi-29-09-2025	Bernadette, Joelle	HASNON – Place de Cataine <i>Pour Info Covoit: Parking Rue Jean Monnet Départ 09:00</i>	RV
vendredi-3-10-2025	Pascale	LANDAS – Eglise Saint-Vaast <i>Pour Info Covoit: Parking Rue Jean Monnet Départ 13:55</i>	RV
lundi-6-10-2025	Bernadette	BEUVRY-LA-FORET – La Croix ou Pile <i>Pour Info Covoit: Parking Rue Jean Monnet 14:00</i>	RV
vendredi-10-10-2025	Jacky	SAINT-AMAND-LES-EAUX – Services techniques (Faubourg de Tournai)	RV

Evénements et séjours prévus :

DATE	LIEU	EVENEMENT : SEJOUR
11 septembre 2025	SAINT-AMAND-LES-EAUX Salle Lemaître	Découverte de l'activité ACTI MEMOIRE
13 au 11/09/25	RIEC-SUR-BELON	Séjour Randonnée de LARS MELI
25 septembre 2025	SAINT-AMAND-LES-EAUX	Journée des Animateurs CODERS 59
5 novembre 2025	SAINT-AMAND-LES-EAUX	Assemblée Générale LARS
28 novembre 2025	SAINT-AMAND-LES-EAUX	Soirée Bowling
03 au 10/01/2026	SAINT-JEAN-DE-SIXT	Séjour Neige

Présidente : Bernadette Fache - 21, Rue des Viviers du Clos (03 27 48 55 11 / 06 03 67 39 83)
59230 ST AMAND LES EAUX

Courriel LARS : lars.59230@gmail.com et Site internet <https://larsretraitesport.wixsite.com/welcome>

Vice-Présidente : Joëlle Opsommer (06 03 55 12 43)

Secrétaire : Danièle Demay (06 50 69 91 12)

Adresse Internet du CODERS 59 : coders59.free.fr

Responsables des marches

Daniel Gobert : 06 76 74 45 06

Brigitte Boillott : 06 64 84 39 59

Xavier Lecomte : 06 75 89 19 40

Marie-Jo Decobecq : 06 71 47 11 41

Claude Leclercq : 06 98 20 15 97

Jean-Jacques Demay : 06 50 69 91 12

Joëlle Opsommer 06 03 55 12 43

Pierre Capouillet : 06 72 90 39 38

Jean-Jacques Dubois : 06 85 49 28 10

Gérard Dubois: 06 21 62 50 26

Bernadette Fache : 06 03 67 39 83

Jacky Martel : 06 16 42 15 32

Pascale Sautejeau : 06 27 54 91 45

François Lozach : 06 11 61 88 57



TENNIS DE TABLE (et SCRABBLE)

TOUS LES MARDIS de 16h30 à 18h00 - Salle Bracke Desrousseaux, Saint-Amand

Responsable : En cours de formation

REPRISE LE MARDI 2 SEPTEMBRE 2025

GYMNASTIQUE DE MAINTIEN EN FORME

TOUS LES JEUDIS à 15h00 - Salle Lemaître, rue Henri Durre – Saint-Amand

Responsables : Anne Ratajczak (06 13 31 58 74) - Muriel Tricot (06 04 09 53 43) -

Bernadette Fache – Corine Alglave (06 73 42 40 14)

REPRISE LE JEUDI 4 SEPTEMBRE 2025

PETANQUE

TOUS LES MERCREDIS de 14h30 à 16h30 - Boulodrome de Saint-Amand, Avenue Angèle Lecat

Responsables : Jean-Jacques Demay

PAS D'INTERRUPTION PENDANT L'ETE

MARCHE NORDIQUE

TOUS LES LUNDIS MATIN à 9h30

Responsables : Jacky Martel - Brigitte Boillot - Xavier Lecomte - Pascale Sautejeau

PAS DE MARCHE NORDIQUE EN AOUT ET SEPTEMBRE jusqu'au 15 inclus (→ reprise le lundi 22 septembre)

SWING-GOLF

LES MARDIS MATIN à 9h00 à 11h00 TOUTES LES DEUX SEMAINES

Responsables : Jacky Martel – Joëlle Opsommer

HORAIRE DE L'ACTIVITE : 9h à 11h

TOUS LES MARDIS DE JUILLET / PAS D'ACTIVITE EN AOUT / REPRISE LE MARDI 2 SEPTEMBRE