

Bulletin des Cyclo-Marcheurs du Cercle Laïque Culturel d'Argenton sur Creuse

Bientôt Noël et bonne nouvelle, le rayon et la durée des activités physiques journalières en plein air passent à 20 km et 3h00.

Pour les cyclos marcheurs, cette évolution nous permet de pratiquer nos loisirs dans de bonnes conditions en individuel. Toutes les activités cyclos et pédestres en groupe restent non autorisées au moins jusqu'au 15 décembre (sauf pour les moins de 18 ans 😊).

Aucune activité n'est donc programmée pour ce dernier Cyclopède de l'année 2020.

En attendant de retrouver les copains et les copines, 3h00 de vélo ou de marche par jour vont nous permettre de garder la forme et terminés les circuits autour du pâté de maison!

Voici un lien pour délimiter le périmètre des déplacements en plein air ou vers un lieu de plein air à partir du domicile : <https://veloenfrance.fr/vingtkm>



Rando du 15 octobre Villeginois/Malicornay:
« les rescapés de la première vague »!

Pascaline et Antoine



COVID-19

PROTÉGEONS-NOUS LES UNS LES AUTRES



Se laver régulièrement les mains ou utiliser une solution hydro-alcoolique



Tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir



Se moucher dans un mouchoir à usage unique puis le jeter



Eviter de se toucher le visage



Respecter une distance d'au moins un mètre avec les autres



Saluer sans serrer la main et arrêter les embrassades



Porter un masque quand la distance d'un mètre ne peut pas être respectée et dans tous les lieux où cela est obligatoire



[GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS](https://gouvernement.fr/info-coronavirus)

0 800 130 000 (appel gratuit)

Et toi pendant le confinement quel hibou es-tu ?



HIBOUDE



HIBOUGE



HIBOUFFE

2020 ... quelle année !!!

« Avec le temps... va, tout s'en va... »

Nous pouvons actuellement sortir 1h chaque jour dans un rayon d'1km. C'est pas si mal, notre situation n'est pas la pire.

A titre personnel et pour avoir échangé avec certains d'entre vous, je suis abasourdie par toutes ces pétitions pour défendre et réclamer encore plus : pratique sport, activités, culte etc.

Chacun pour sa chapelle !!!

Confinement ?

« Oui mais nous, c'est différent, on ne risque rien ! » Ah la belle affaire !

Et si nous allions dans le même sens, si nous cessions nos petits égoïsmes...la règle est la même pour TOUS.

Cette pandémie va mettre à terre beaucoup de gens, certains vont basculer dans la misère et contre cela, pas de vaccin, par solidarité soyons respectueux.

Alors, profitons de ce que nous avons !

En tant que membre d'un club qui plus est fondé sur des valeurs républicaines : C LC : L : laïque, nous devons montrer l'exemple.

A partir du 28 novembre, dans le cadre du déconfinement progressif COVID 19, nous pourrons sortir marcher et ou rouler 3h par jour dans un rayon de 20kms en SOLO.

Compte tenu des circonstances, les regroupements restant interdits, l'AG est repoussée à 2021.

Bonne santé à tous.

Bernadette



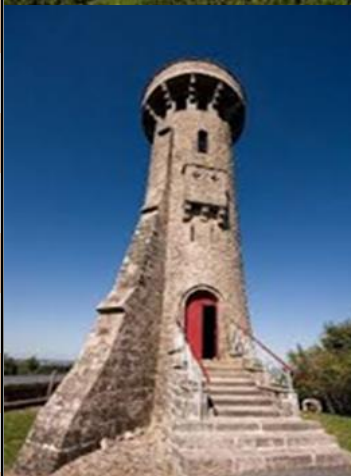
L'activité des « Fêlés » en 2020 - Bilan

Les "Fêlés"2020

PatrickJouandon	15 pts
JeanDucasse	14 pts
Jean-JacquesHéraud	13 pts
Jean-ClaudeMarquet	12 pts
PhilippeBertrand	7 pts
ClaudeLechaux	7 pts
PatriceAuclair	5 pts
AlainDarthout	2 pts
Jean-PierreGautron	2 pts
LionelLalevée	2 pts
ChristianCauty	1 pts
MarylèneDarthout	1 pts
CécileJouandon	1 pts
Jean PaulRaveau	1 pts
Jean PierreSwatek	1 pts

TOP 15 de l'histoire des « Fêlés »

Christian Cauty	295 pts
Jean Ducasse	181 pts
Monique Cauty	165 pts
Jean-Claude Marquet	133 pts
Patrick Jouandon	131 pts
Norbert Tissier	107 pts
Cécile Jouandon	79 pts
Jean-Jacques Héraud	64 pts
Jean-Pierre Swatek	57 pts
Alain Darthout	52 pts
Bernard Patreau	47 pts
Philippe Bertrand	45 pts
Jacques Brissaud	43 pts
Claude Swatek	41 pts
Roland Barraud	39 pts



Palmarès des licenciés 2020

ChristianCauty	295 pts
JeanDucasse	181 pts
MoniqueCauty	165 pts
Jean-ClaudeMarquet	133 pts
PatrickJouandon	131 pts
CécileJouandon	79 pts
Jean-JacquesHéraud	64 pts
Jean-PierreSwatek	57 pts
AlainDarthout	52 pts
BernardPatreau	47 pts
PhilippeBertrand	45 pts
RolandBarraud	39 pts
MarylèneDarthout	30 pts
RogerDaudon	30 pts
PatriceBarré	23 pts
BernardDallot	23 pts
MichelBinet	22 pts
ClaudeLechaux	22 pts
FrançoisPardieu	22 pts
BernadetteJouhaud	20 pts
Jean-PierrePipereau	20 pts
Jean-MarcRotinat	16 pts
PatriceAuclair	13 pts
Jean-PierreJouhaud	12 pts
Jean-FrançoisTissier	12 pts
ArletteDaudon	10 pts
FrancisNouhant	10 pts
GérardPion	6 pts
Marie-NoëlleRozier	5 pts
Jean-PierreGautron	4 pts
Jean-LucMasson	4 pts
LionelLalevée	2 pts
Jean-MichelPénissat	2 pts
Jean PaulRaveau	2 pts
Jean-PierreTissier	2 pts
MartinePénissat	1 pts
SolangeThomas	1 pts
ClaudineTissier	1 pts

Quelques idées de parcours cyclo concoctés par le coach.

Parcours destinés à la pratique individuelle dans un rayon de 20 km à partir de Scévole (à adapter en fonction de son domicile) et pour 3h00.

55 km : Argenton - Le Plessis - Landes - Luzeret - Prissac - Sacierges St Martin - Montbroux - D54h - D46b - Roussines - La Bitte - Chassingrimont - La Rue Martin - Abloux - La Buxière - Vigoux - Celon – Argenton.

55 km : Argenton - La Croix - Le Multon - Le Moulin Neuf - Badecon - Pommiers - Foy - La Couture - La Grangère - Les Girauds - Orsennes - D21 - D30 - Bel Air - carrière d' Orsennes - Rte à droite - Frûlon - Hallé - Les Rochoux - Maillet - Malicornay - L'antenne de Malicornay - Bonnilly - Les Moreaux - Le Menoux – Argenton.

55 km : Argenton - St Gaultier - La Sarnache - La Jacquetterie - La Chaussée -La Brodière - Montaudon - Drouille -D951 sur 50 m direction Scoury- Voie verte – Scoury - La Barre - La Métairie Neuve – Cors - Oulches - La Bezarde - La Romagère - Les Nébilons - Landes - Le Plessis – Argenton.

48 km : Argenton - Le Vieux Pont - Rue de Chateaufneuf - Avenue Rollinat (dir. Centre Ville) - Larrée - Fontfurat - Les Narrons - Les Ségoins - Vavre - Le Multon - Le Moulin Neuf - Le Menoux - Les Moreaux - Bonnilly - Les Thibauts - Prunget - La Forêt - Le Lac - Châbenet - St Marin - Conives - La Renauderie - La Garenne - Les Marots - Le Plessis – Argenton.

Patrick



... et restons optimistes pour 2021 !

La grille à Jean N° 295

Horizontalement : **I** : Que l’on soit cyclo ou marcheur, il n’est pas très agréable de les trouver sur nos routes, alors que parfois, elles ne sont que de simples gestes. **II** : Un volatile dans la moutarde. **III** : Elles sont toujours au rebut. Ventilai. **IV** : Préposition. L’âge lui donne valeur d’habitude. Préfixe à la mode, bien que vieilli. **V** : Deux lettres pour un trajet. Deux lettres qui deviendraient très rapide avec un V. **VI** : Traîniez en queue de peloton ? **VII** : Note inversée. Rendis tranchant. **VIII** : Elles sont bien roulées en général ou alors ce sont des gestes qui, eux, n’ont rien de sympathique. **IX** : Un grand pays mais est-il toujours le maître du monde ? Distance dans un pays qui devient peut-être le maître du monde. **X** : Blanc blanc chez Rimbaud. Escamotée. **XI** : Si elles équipaient nos vélos, on y serait vraiment mal installés.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
I									
II									
III									
IV									
V									
VI									
VII									
VIII									
IX									
X									
XI									

Verticalement : **1** : Difficile de s’y retrouver chez des personnes de ce type là (familier). **2** : La première chose que l’on voit au lever du jour. Divertie. **3** : Temps libre. Lettres qui désignent le matin. Blanc et noir chez Rimbaud. **4** : A Argenton, il est au moulin avec un bois. Lui, il est urbain peut-être, mais anglais certainement. Article de nos amis espagnols. **5** : Te rendras. Celle d’autrefois. **6** : Aux Pays Bas ou au Nigéria. De bas en haut : travaillent sur un toit ou font du chant. **7** : Train. La fille des anglais. Entourent le doigt. **8** : Possède. Egale sans consonnes. Fin de participe. **9** : Se veulent logiquement les disciples d’un grand philosophe hollandais du XVIIème siècle.

Solution grille N° 294

	1	2	3	4	5	6	7	8
I	P	I	T	O	L	A	T	S
II	E	T	O	N	N	A	I	T
III	T	E	N	U		L	N	A
IV	I	R	A		U	S		B
V	T	A	L	C		T	R	I
VI	S		E	R	S		E	L
VII	V	A	S	E		I	F	I
VIII	I	D		M	A	T	A	S
IX	E	O	L	E		L	I	E
X	U	R	I	N	A	I	R	E
XI	X	A	N	T	H	I	E	S

Les photos de ce numéro sont de Bernadette et Pascaline.