

RANDONNÉES 2020 • 2021

ufolep

TOUS LES SPORTS AUTREMENT
COMITE DE L'INDRE

RANDONNÉES PÉDESTRES - MARCHES NORDIQUES
CYCLOTOURISME - VTT



*"Les manifestations
annoncées dans ce calendrier
auront lieu sous réserve de
l'évolution de la situation
sanitaire actuelle.*

*Vous pouvez contacter les
responsables en amont pour
vous assurer du maintien
de la randonnée."*

Tél : 02 54 61 34 55
ufolep36000@gmail.com
www.cd.ufolep.org/indre

LES RANDONNÉES

En préparant ce petit mot pour le calendrier de la nouvelle saison 2020-2021, j'ai conscience que décrire la situation actuelle revient à formuler des phrases, qui, lors de la parution de celui-ci, seront obsolètes. Néanmoins, je peux vous affirmer que toutes les commissions, Cyclotouriste, VTT, Marche Nordique et bien sûr la Randonnée Pédestre ont préparé cette rentrée UFOLEP pour vous accueillir dans les meilleures conditions avec les valeurs qui font notre force depuis des années. C'est pourquoi, je ne peux que vous inciter à respecter toutes les consignes sanitaires, par respect envers les organisateurs ainsi que les maires qui auront accepté de prendre la responsabilité de vous accueillir sur leur commune.

Patrick DOUELLE
Président du comité départemental UFOLEP

Vous trouverez dans ce calendrier les sigles suivants :



randonnée



marche
nordique



cyclotourisme



VTT



accessible
fauteuil roulant

Ils vous indiqueront les autres activités proposées par l'association le jour de la randonnée.

QUELQUES CONSIGNES

À RESPECTER

POUR ÊTRE

UN BON RANDONNEUR

mais surtout... toujours garder sa bonne humeur

Avec votre licence UFOLEP, vous bénéficiez d'une réduction pour visiter le Château de Valençay et le Musée de l'Automobile de Valençay



▷ RANDONNÉES PÉDESTRES

2020 • 2021

france
bleu
berry

La randonnée à l'UFOLEP en 2019/2020 c'était :

- 64 randonnées dont 28 reportées en 2021
- 80 associations
- 1179 licenciés
- 334 marcheurs par randonnée

Guide de la bonne conduite des piétons de la SÉCURITÉ ROUTIÈRE

À la campagne ou en l'absence de trottoir, les piétons doivent circuler près du bord de la chaussée en sens contraire de celui suivi par les autres usagers de la route et les uns derrière les autres en file indienne (art R412-42-II du code de la route).

Afin d'être visible, il est également conseillé de porter des vêtements comportant des éléments rétro réfléchissant.

TARIFS

Licenciés UFOLEP : 2,60 € (Sur présentation de la licence 2020/2021)

Non licenciés UFOLEP : 4,10 €
Jeunes (Moins de 12 ans) : gratuit

▶ MARCHES NORDIQUES

La Marche Nordique à l'UFOLEP en 2019/2020 c'était :

- 113 licenciés - 22 marches sur 32 prévues
- 413 marcheurs sur la saison (19 marcheurs par séance)

Pour tous renseignements : Claudine Telleria
Téléphone : 06 71 12 61 71 - Email : claudine.telleria@hotmail.fr

TARIFS à la séance

Licenciés UFOLEP : GRATUIT (Sur présentation de la licence)
Non licenciés UFOLEP : 3,00 € (1ère séance gratuite)

1,00 € supplémentaire pour la location des bâtons
à partir de la 3ème séance (licenciés et non-licenciés)

Dimanche 6 Sept 20

CDF BOUGES LE CHÂTEAU - 9-13-17 km - 7H30-9H
Salle des Associations - Route du stade
RÉGIS DEPOND - 06 32 88 83 33 - depont.regis@orange.fr

AU FIL DE LA VAUVRE - 6-12-18 km - 7H30-9H
Salle des Fêtes de Crozon-sur-Vauvre
ANDRE AUBRET - 06 99 20 02 33 - a.aubret@free.fr

Samedi 12 Sept 20

CC LUCAY LE MALE - SEMI NOCTURNE - 9 km - 18H30
Gymnase - DANIEL LECOMTE - 06 33 87 02 07

Dimanche 13 Sept 20

CDF SAINT CIVRAN - 8-15 km - 7H30-9H
Etang communal - Raymond MATHE - 06 83 61 57 33
fabienne.depardieu@orange.fr

Dimanche 20 Sept. 20

CM ÉCUEILLÉ - 10-12-15-19 km - 7H30-9H
Salle des Fêtes Ecueillé
CLAUDE LUCAS - 06 33 14 04 44 - jocelyne.garapin@orange.fr

Vendredi 25 Sept. 20 - Marche Nordique

14h30 - Mail Saint Gildas - Châteauroux
GRATUIT POUR TOUS



Dimanche 27 Sept 20

ALDGC CHATEAURoux - 10-14-18 km - 7H30-9H
6, Allée des lauriers - Cantine scolaire
MAURICE BRUNEAU - 06 60 79 96 43 - bruneau.maurice@sfr.fr

Vendredi 2 Oct. 20 - Marche Nordique

14h30 - Parking du gymnase de Brassioux



Dimanche 4 Oct. 20

CM AIGURANDE - 8-12-15-18 km - 7H30-9H - M.E.L Aigurande
BERNARD DANGEON - 02 54 06 32 71 - dangeon.bernard@orange.fr

Vendredi 9 Oct. 20 - Marche Nordique

14h30 - Parking piscine de Niherne



LA TARTINE BERRICHONNE





Présent en magasins bio
et sur les marchés de :
La Châtre, Argenton,
Châteauroux et Guéret

**Pains, brioches,
viennoiseries, galettes**

36230 SARZAY - Tél./Fax : 02 54 48 54 61

Olivier Services
36




Tél. 06 79 40 03 31

MULTISERVICES - DÉPANNAGES - ENTRETIENS

Machines à coudre • Motoculture
Electroménager
Maçonnerie
Travaux Mini-pelle
Entretien
intérieur / extérieur




Bel Air - 36160 Ste-Sévère olivierdurand0680@wanadoo.fr

Dimanche 11 Oct. 20

LES PIEDS EN VADROUILLE - LA CHATRE

5-8-12-15-18-22 km - 7H30-9H

Halle des Rouettes - Rue des Rouettes - La Châtre - MICHEL PLISSON
06 82 10 38 71 - solange-michel@orange.fr

PREAUX - 9 - 13,5 - 19 - 7H30-9H

Salle des Fêtes - MARC GILLES - 06 63 97 48 61 - jargi36@gmail.com

Vendredi 16 Oct. 20 - Marche Nordique

14 h 30 - Parking piscine à vagues de Châteauroux



Dimanche 18 Oct. 20

ARTHON RANDONNÉES - 9-13-17-19 km - 7H30-9H

Salle multi activités Arthon - BRIGITTE GAZONNEAU - 06 08 81 23 95
brigitte.gazonneau36@orange.fr



ETOILE SPORTIVE PERASSAY - 6-9-15 km - 7H30-9H

Salle polyvalente - PASCAL MENU 02 54 30 53 56
mairie.perassay@wanadoo.fr

Dimanche 18 Oct. 20

US ST DENIS DE JOUHET - "RANDO FAMILIALE"

7 km - 14H30 accompagnée - Place de l'église
ANDRÉ FAURE 06 33 11 88 56 - faure.andre.marie-line@wanadoo.fr

Vendredi 23 Oct. 20 - Marche Nordique

14h30 - Parking salle des fêtes de Coings



Dimanche 25 Oct. 20

AMICALE ARGENTIERES EGUZON - 9-13-18 km - 7H30-9H

Place des Ormeaux Argentières EGUZON
JOSETTE GAUTRON - 02 54 47 48 14 - 02 54 47 44 35

CRL NOHANT VIC - 7-11-14-18 km - 7H30-9H

Salle des fêtes - Vic - COLETTE CHAMPAGNE - 02 54 31 14 74
06 76 70 68 12 - BRUNO DUTEIL 06 76 70 68 12 - bruno.duteil@laposte.net



Vendredi 30 Oct. 20 - Marche Nordique

14h30 - Parking Mairie de Saint Maur



Samedi 31 Oct. 20

Salon de la Rando - STAND UFOLEP - EGUZON

Dimanche 1er Nov. 20

Salon de la Rando - STAND UFOLEP - EGUZON

Saveurs et Gourmandises
Boulangerie · Pâtisserie

La titia HEMERY & Christophe VAILLAUD



3 Place du Docteur Vergne - 36400 LA CHATRE - T. : 02 54 48 08 99

Olivier Espaces Verts
06 79 40 03 31

AIDE À LA PERSONNE
ENTRETIEN ESPACES VERTS
TAILLE - ÉLAGAGE



SJ services à la personne
50% de réduction d'impôts

Bel Air - 36160 Ste-Sévère/Indre
olivierdurand0680@wanadoo.fr

Dimanche 1er Nov. 20

US BRENNÉ MARCHE VENDOEUVRES - 10-14-17-20 km - 7H30-9H
Salle St Jean - NICOLE DESPRES - 06 08 13 67 75 - nicdes@orange.fr

Vendredi 6 Nov. 20 - Marche Nordique

14h30 - Parking aérodrome de Villers les Ormes



Dimanche 8 Nov. 20

CM MONTCHEVRIER - 9-12-15-19-21 km - 7H30-9H
Salle des fêtes - JEAN MARC COLAS
06.81.15.91.46 - jmarccolas@gmail.com

Mercredi 11 Nov. 20

CFL VILLERS LES ORMES - 6-10,5-13,5-16-19 km - 7H30-9H
Salle Polyvalente
PHILIPPE MÉRLOT - 07 85 91 45 20 - philippe.merlot@wanadoo.fr

Vendredi 13 Nov. 20 - Marche Nordique

14h30 - Parking de La Margotière Châteauroux



Dimanche 15 Nov. 20

LION'S CLUB CHATEAUX 78
8-12-18 km - 7h30-9H - Randonnée à but caritatif Enfants Cancer Santé
AÉRODROME DE CHATX - VILLERS - Sac musette fourni
+ Point chaud - Jean Louis Larchet - 06 86 34 23 56 - jeanlouis.larchet@sfr.fr

Vendredi 20 Nov. 20 - Marche Nordique

14h30 - Mail Saint Gildas - Châteauroux



Dimanche 22 Nov. 20

LES BERLUZIOTS MOULINS SUR CÉPHONS
6-8-10,5-13-17-21-24 km - 7h15-9H - Salle des Fêtes
JEAN CLAUDE BESNARD 06.07.14.77.57 - lesbertuziots@orange.fr

COMITE DE FOIRE ET DE GYM BOUESSE

6-10-18 km - 7H30 - 9H - Salle des fêtes - CLAUDETTE BALLEREAU
06 87 53 19 01 - jclballereau@gmail.com

Vendredi 27 Nov. 20 - Marche Nordique

14h30 - Parking piscine à vagues de Châteauroux



Dimanche 29 Nov. 20

ACM DEOLS - 8-10-12-15-17-20 km - 7H30 - 9H
Gymnase de Brassioux - DÉOLS - CHRISTIAN MANCOIS
06 30 79 74 57 - deolscyclo@gmail.com



André FAURE
Responsable randonnée
pédestre UFOLEP

Citation :

"La Vie commence là où la peur finit"

L'Intrus

C'était il y a quelques gants déjà,
Ils en parlaient à la radio et à la télé.
Mais pour nous, c'était bien loin tout ça.
L'on préférerait notre train - train à cette vérité.

Et puis soudain en masque dernier,
Le monde tout entier s'est arrêté !
Le silence impressionnant a fait du bruit,
Comme s'il n'y avait plus de vie...

Et là, un joyeux miracle est arrivé,
On a redécouvert le chant des oiseaux.
Depuis le temps, on avait presque oublié,
Que le printemps est un sacré cadeau.

On s'est rappelé les fleurs des champs,
Le gazouillis des ruisseaux sur les rochers,
Le murmure des arbres au souffle du vent ...
Et tout ça, on voulait à nouveau le respirer.

Le confiné, on l'a désormais bien oublié !
Il a été dur et l'on ne va même plus en parler.
Tout ce que l'on a pu rater ces temps derniers,
Et bien maintenant on va enfin se rattraper !



Vendredi 04 Déc. 20 - Marche Nordique

14h30 - Parking du gymnase de Brassioux



Dimanche 6 Déc. 20

CLC ARGENTON SUR CREUSE - 10-15-20-25 km - 7H15-9H

Ecole G Sand - Le Merle Blanc - BERNADETTE JOUHAUD

06 82 32 95 78 - bernadette.jouhaud@laposte.net

Vendredi 11 Déc. 20 - Marche Nordique

14h30 - Parking piscine de Niherne



Dimanche 13 Déc. 20

TEAM BETHENET POMMIERS - 10-13-16-19 km - 7H45-9H

Salle Polyvalente **POMMIERS** - MICHEL MOUSSEAU

06 89 92 50 80 - jacqueline.mousseau@wanadoo.fr

Vendredi 18 Déc. 20 - Marche Nordique

14h30 - Salle des Fêtes de Coings



Dimanche 20 Déc. 20

FR SAINT MICHEL EN BRENNÉ - 11-16-20 km - 7H40-9H

Salle des Fêtes St Michel - CHRISTIAN MARCHAIS

06 84 22 90 82 - 07 86 24 91 07 - Repas de Noël 12 h 30

2020

Dimanche 27 Déc. 20

RANDONNÉE DE FIN D'ANNÉE - CHÂTEAURoux

9-15-17 km - 7H30-9H - 23 BD de La Valla à Châteauroux

Siège UFOLEP - André FAURE - 06 33 11 88 56

Dimanche 3 Janv. 21

ENTENTE CYCLO RP SAINT AOUT

8-10-15-19 km - 7H30-9h

Place Pigale - Saint-Août - MICHEL JOUANNEAU

06 17 47 16 20 - michel.jouanneau1@orange.fr

Vendredi 8 Janv. 21 - Marche Nordique

14h30 - Parking Mairie de Saint-Maur



Dimanche 10 Janv. 21

ACS BUZANCAIS - 11-15-18 km - 7H30-9h

Salle des Fêtes - PASCAL FERDOILE

06 78 40 24 03 - pascal.ferdoile@orange.fr

Vendredi 15 Janv. 21 - Marche Nordique

14h30 - Parking piscine à vagues de Châteauroux



Optique Surdité

Coll 



Andaprot se - Lentilles corrigées - Jumelles - Basse Vision



LA CHATRE

151 rue Nationale

Tél.02.54.48.12.38

AIGURANDE

33 Place de la Promenade

Tél.02.54.06.34.69

GUERET

5 Place Bonnyaud

Tél.05.55.52.02.81

L'Instant Gou'Th 

Salon de thé - Café - Epicerie fine

Th i res et accessoires

Pâtisseries maison

Chocolats

Tisanes



21, rue Apollon de Grandvaigne 36400 La Châtre.

Tél. 02.54.30.96.46.



www.linstantgoutho.fr



**maçonnerie
b ton - armé
funéraires**

carrelage - ravalement

S.A.S NOUVELLE BERNARDEAU

Z.I. Les Murailles - 36400 MONTGIVRAY

Tél : 02 54 48 36 32 - Port : 06 62 27 10 72

Dimanche 17 Janv. 21

CM LE FONTCHOIR CHATEAUROUX - 10-14-18 km - 7H30-9H
Maison Quartier Est - Le Fontchoir 1 rue Jules Massenet CHATX
MICHEL DURIS - 06 60 73 88 73

Vendredi 22 Janv. 21 - Marche Nordique

14h30 - Aérodrome de VILLERS LES ORMES



Dimanche 24 Janv. 21

BESL CHATEAUROUX - 10-14-18 km - 7H30-9H
Restauration municipale rue R. Garros Chtx
CLAUDINE GALLIOT - 02 54 22 52 69 - galliot.gerard@neuf.fr

Mercredi 27 Janv. 21

RANDONNÉE RAQUETTES - 7 et 5 km sur la journée - 5H (ChâtX)
5H30 (La Châtre) - AUVERGNE - Super Besse - Truffade en Auberge
le midi - ANDRÉ FAURE 06 33 11 88 56 - MICHEL PLISSON - 06 82 10 38 71

Vendredi 29 Janv. 21 - Marche Nordique

14h30 - Parking de La Margotière de Châteauroux



Dimanche 31 Janv. 21

US PELLEVOISIN - 11-15-18 km - 7H30-9H - Foyer Rural
JACQUES ROUET - 02 54 39 04 17 - jacques.rouet36@orange.fr

Du 29 au 31 Janv. 21

SEJOUR ACTIVITES MONTAGNE - Lioran Cantal
SYLVAIN DUGOGNE - 06 06 45 23 97 - sylvain.dugogne@barilla.com

Vendredi 5 Février 21 - Marche Nordique

14h30 - Mail St Gildas Châteauroux



Dimanche 7 Fév. 21

US MONTIERCHAUME - 10-13-16-18 km - 7H30-9H
Foyer Rural rue des Carrières - VALÉRIE AUCHÉ 06 74 15 89 17

Vendredi 12 Fév. 21 - Marche Nordique

14h30 - Parking du gymnase de Brassioux



Dimanche 14 Fév. 21

FR VELLES - 12-15-18-22 km - 7H30-9H - Salle des fêtes
C. BERNIER - 02 54 22 41 07 - A. COMPIN - 06 60 22 06 44
antoinecompin@wanadoo.fr - christian.bernier0@wanadoo.fr

Vendredi 19 Fév. 21 - Marche Nordique

14h30 - Parking cimetière de Niherne



Intermarché

tous unis Contre la vie Chère



Ne cherchez plus
votre Intermarché



LA CHÂTRE
Rue des Ajoncs
02 54 48 35 40

CHATEAUROUX
371 Av. de Verdun
02 54 35 57 60

AIGURANDE
La Combette
02 54 06 39 40

DEVIN

Société Nouvelle

BARDAGE - COUVERTURE SECHE
ISOLATION - BATIMENTS INDUSTRIELS

Tél. : 02 54 21 33 94

36100 ISSOUDUN

Courriel : contact@sndevin.fr

Dimanche 21 Fév. 21

RANDONNEURS DE LANGÉ - 9-12-18 km - 7H45-9H
Salle polyvalente - JEAN FRANCOIS MASSON
02 54 40 81 74 - jef.francine1618@orange.fr

Vendredi 26 Fév. 21 - Marche Nordique

14h30 - Rond point Riau de la Motte



Dimanche 28 Fév. 21

AR VINEUIL - 9-11-13-15-18,5 - 20,5 km - 7H15-9H
Foyer Pierre des Places - Repas - BERNARD BONNIN - 02 54 36 60 83

Vendredi 5 Mars 21 - Marche Nordique

14h30 - Salle des Fêtes de Coings



Du 5 au 7 Mars 21

SEJOUR ACTIVITES MONTAGNE - Lioran Cantal
SYLVAIN DUGOGNE - 06 06 45 23 97 - sylvain.dugogne@barilla.com

Dimanche 7 Mars 21

RANDONNÉE VALLEE DU NAHON - SELLES/NAHON
11-15-18-28-33 km - 6H (28 et 33 km) 7H30 à 9 H (11-15-18 km)
Salle des fêtes - **SELLES SUR NAHON** - Repas 12h45 - 06 33 11 88 56
FRANCIS LAY - 06 08 02 08 46 - faure.andre.marie-line@wanadoo.fr

Vendredi 12 Mars 21 - Marche Nordique

14h30 - Parcours de santé LA COLAS



Samedi 13 Mars 21

RANDONNÉE RAQUETTES - Sur la journée
5H (Châtx) - 5H30 (La Châtre) - AUVERGNE - Truffade en auberge le midi
ANDRÉ FAURE 06 33 11 88 56 - MICHEL PLISSON - 06 82 10 38 71

Dimanche 14 Mars 21

USM VILLEDIEU SUR INDRE - 10-15-18 km - 7H30-9H
Salle des fêtes J. Moulin - MICHEL NACU 06 99 49 61 13 - michelnacu@sfr.fr

Vendredi 19 Mars 21 - Marche Nordique

14h30 - Parking mairie de Saint-Maur



Dimanche 21 Mars 21

CM BARILLA/HARRY'S CHATEAUX - 11-15-19 km
7H30-9H - Centre de Loisirs du Moulin de La Valla CHATX
PASCAL BODIN - 06 81 70 72 91 - 02 54 26 58 20

“LA LOUISETTE”

Boulangerie - Pâtisserie

43, rue des Maîtres Sonneurs
36400 SAINT CHARTIER
Tél. : 02 54 31 06 36



Entreprise
Pierre AUROY S.A.R.L.

- Chauffage toutes énergies • Pompes à Chaleur
- Plomberie • Sanitaire
- Electricité • Climatisation

11, rue du Maquis - 36400 LA CHATRE

Tél. : 02 54 48 04 53

contact@pierre-auroy.com - www.pierre-auroy.com

G. DONATIEN AUTOMOBILES

MULTIMARQUES



VENTE DE VÉHICULES
NEUFS ET OCCASIONS
IMPORTATION

ENTRETIEN - RÉPARATION
PNEUS

Rue des Crosses - 36400 LA CHÂTRE

Tél. 02 54 48 11 11

Vendredi 26 Mars. 21 - Marche Nordique

14h30 - Parking Etang Berthommiers



Dimanche 28 Mars 21

ASL SOUGÉ - 10-14-18-20 km - 7H30-9H - Salle des fêtes
FRANCOIS MONTAGNAC - 02 54 35 81 69 - francois.montagnac@orange.fr

Lundi 5 Avril 21

UFOLEP - 20^{ème} RANDONNÉE DÉPARTEMENTALE - ARDENTES
9-12-15-18-25-28 km - 6H30 (25 ou 28km) - 7H30-9H (9-12-15 ou 18km)
Salle Agora + repas le midi - ANDRE FAURE 06 33 11 88 56

RANDO DECOUVERTE - ARDENTES - 4 km - (randonnée commentée)
14H30 - Salle Agora - accessible aux personnes à mobilité réduite
ANDRÉ FAURE - 06 33 11 88 56



Lundi 5 Avril 21

AS SAINTE GEMME - 9-14-18-21 km - 7H30-9H
Salle polyvalente route de Vendœuvres
Dany THOMAS - 02 54 38 18 61 - annick.melin@neuf.fr



Vendredi 9 Avril 21 - Marche Nordique

14h30 - Complexe Ominisports - Le Poinçonnet



Dimanche 11 Avril 21

FR POULIGNY SAINT MARTIN - 9-11,5-14-17 - 7H30-9H
Salle Polyvalente - CATHERINE LABESSE 06 79 49 08 40
catherine.labesse0486@orange.fr

Vendredi 16 Avril 21 - Marche Nordique

14h30 - Aérodrome VILLERS LES ORMES



Dimanche 18 Avril 21

CC LUCAY LE MALE - 10-14-18 km - 7H45-9H - Gymnase
DANIEL LECOMTE - 06 33 87 02 07 - daniel.lecomte0981@orange.fr

CJ TRANZAULT - 7-12-15-18 km - 7H30-9H - Salle des Fêtes
JULES VIAUD - 06 43 40 87 75 - comitejeunes.tranzault@gmail.com

Vendredi 23 Avril 21 - Marche Nordique

14h30 - Rond-point RIAU DE LA MOTTE



Dimanche 25 Avril 21

SLC VEUIL - 43^{ème} JOURNÉE DE LA NATURE - 9-13-18 km - 7H30-9H
Place St Pierre - RAYMOND LAMARQUE 02 54 40 34 22
lamarque.er@orange.fr



Hervé LORY

CHAVIGNER
36400 MONTGIVRAY
TÉL/FAX : 02 54 06 06 50
lory.herve@orange.fr

CHARPENTE
COUVERTURE
ZINGUERIE
ISOLATION



VOUS ETES CHEZ VOUS
PARTICULIER · INDUSTRIEL

- > **AUTOMATISMES DE PORTAIL**
- > **PORTAILS > CLÔTURES**
- > **PORTES DE GARAGE**
- > **VOLETS / STORES / PERGOLAS**
- > **PETITE MAÇONNERIE**
- > **CONTRÔLE D'ACCÈS**

A.P.C

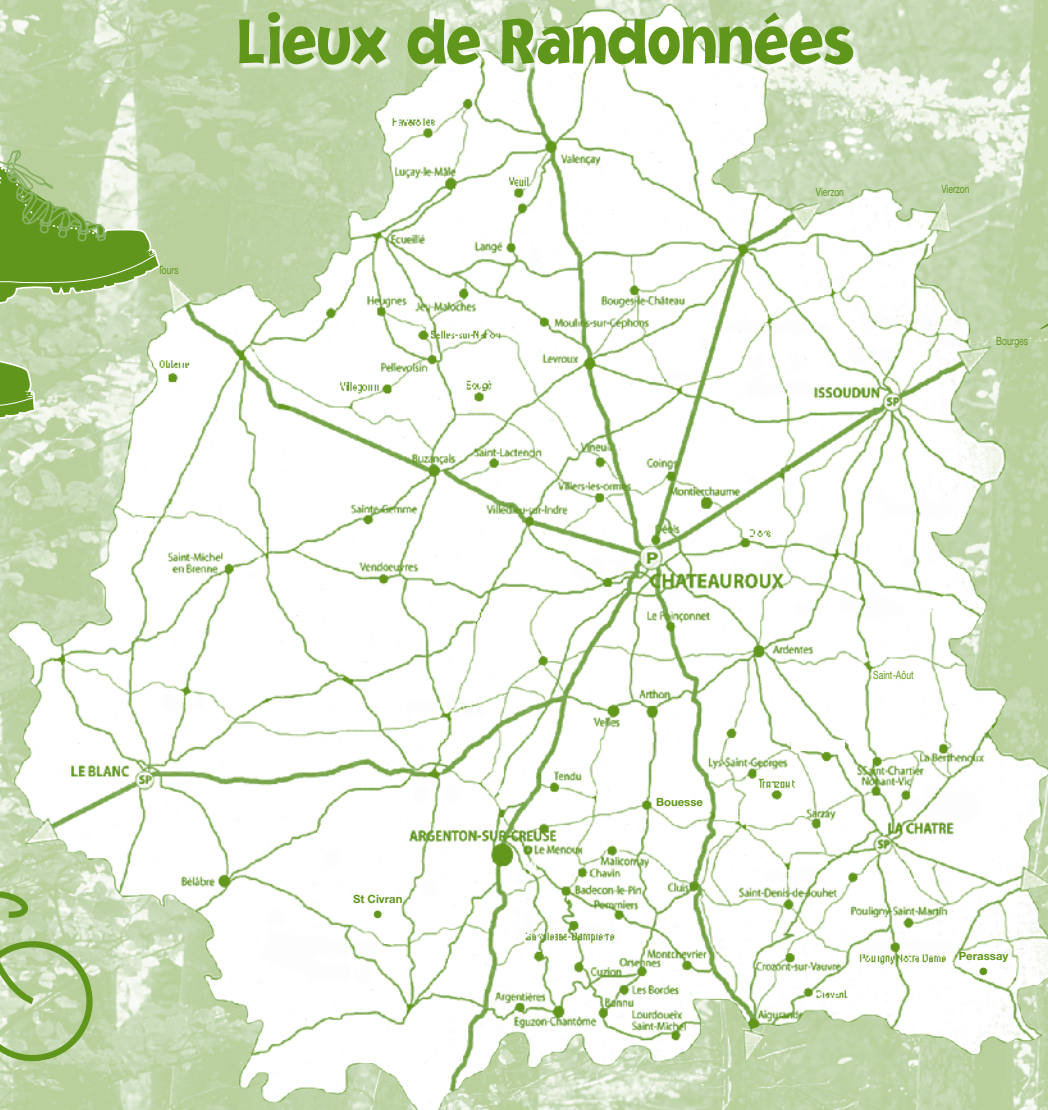
Automatismes Portails Clôtures
Portes de garage · Volets · Stores

302, rue Nationale - Z.I. Belleplace - 36400 LA CHATRE
Tél. 02 54 62 09 93 - Fax : 02 54 62 09 95 - www.apc-pro.fr

2020

Lieux de Randonnées

2021



Garage Jean-Pierre PICAUD



Réparation
Vente motoculture



Entretien voiture

64, avenue Gambetta - 36400 LA CHÂTRE
Téléphone : **02 54 31 36 63**



- Aménagement extérieur
- Terrassement
- VRD
- Assainissement et traitement des eaux
- Génie civil et ouvrages maçonnés
- Terrains de sport
- Clôtures et mobilier urbain

SARL A.T.R.S.
ZI La Preasles - 36400 LACS
Fax 02.54.48.19.21 - E-mail : contact@atrs-36.fr

02.54.31.18.58
www.atrs-36.fr



Thierry BERNARDET sarl
Tous travaux de menuiserie

Portes - Fenêtres - Volets
Portails - Portes garage
Escaliers - Parquets - Placards

LA BOUTIQUE DU
MENUISIER
PVC • BOIS • ALU • MIXTE

Av. du Lion d'Argent
36400 La Châtre
Tél/Fax : 02 54 31 11 61
sarl.thierry.bernardet@orange.fr

Dimanche 25 Avril 21

CF COINGS - 10-13-16-18 km - 7h30-9H - Salle des fêtes de Coings
HUBERT MOUCHET - 06 72 09 33 65 - 02 54 22 43 69

Vendredi 30 Avril 21 - Marche Nordique

14h30 - Parking de La Margotière - Châteauroux



Samedi 1er Mai 21

SAC A DOS GOURNAY - NEUVY - 23 km sur la journée - 8H
Eglise Gournay - MICHEL PLISSON - 06 82 10 38 71

Dimanche 2 Mai 21

ÉTOILE CHATEAUROUX - 10-14-19 km - 7H30-9H
3, rue d'Auvergne - Stade de l'Etoile CHATEAUROUX
EMMANUEL PEZAIRE - 06 76 85 57 50 - pezaire.emmanuel3@orange.fr

Vendredi 7 Mai 21 - Marche Nordique

14h30 - Etang Berthommiers



Samedi 8 Mai 21

US LE POINCONNET CYCLO MARCHÉ - 9-12-15-18-21-24 km
8 km - Accessible aux personnes à mobilité réduite
7H15 (21-24 km) 7H30- 9H (autres) Salle multifonctions du gymnase
Roland DELACOUX - Jean-Paul GAILLARD - 06 86 60 17 04
roland.delacoux@orange.fr



Dimanche 9 Mai 21

MALICORNAY "RANDO ROGER DURIS"
10-14,5-18,5 km - 7H30-9H
Salle des fêtes (à côté de la mairie) UFOLEP
ANDRE FAURE - 06 33 11 88 56 - faure.andre.marie-line@wanadoo.fr

Jeudi 13 Mai 21

FAMILLES RURALES - SAINT LACTENCIN - 10-15-20 km - 7H30-9H
Salle des Fêtes - Marché à l'arrivée - Florence GUILLARD - 06.45.52.95.79
franck_guillard@orange.fr

Dimanche 16 Mai 21

US ST DENIS DE JOUHET - 8-11-14-18 km - 7H30-9H
5 km - Accessible aux personnes à mobilité réduite.
Journée Omnisports - Salle des fêtes - Marché à l'arrivée + Repas midi
ANDRÉ FAURE 06 33 11 88 56 - faure.andre.marie-line@wanadoo.fr



Vendredi 21 Mai 21 - Marche Nordique

14h30 - Parking parcours de santé (La Colas)



RANDONNEES PEDESTRES

Vendredi 21 Mai 21

ACBB ISSOUDUN - "Rando Tour Blanche" - 8-14 km
18H30 - Semi Nocturne - Bd Champion - Marché gourmand
JOSEPH ALBERTINO - 07 88 20 08 98 - joseph.albertino@orange.fr

Dimanche 23 Mai 21

CF VILLEGOUIN - 11-15-19 km - 7H30-9H - Salle des Fêtes
Michel BRUNET - 02 54 39 06 15 - brunetmichel36@orange.fr

Lundi 24 Mai 21

RANDO VAL DE CREUSE - SAC A DOS

15-20 km sur la journée en sac à dos - 8H15
Salle des Fêtes village des Bordes Saint Plantaire
Randonnée Val de Creuse - MICHEL DURIS - 06 60 73 88 73

Vendredi 28 Mai 21 - Marche Nordique

14h30 - Complexe omnisports - Le Poinçonnet



AMICALE DES RANDONNEURS DE VINEUIL

8-12 km - 18H30 Semi-nocturne - Salle St Vincent - Repas
Place de la gare VINEUIL - Bernard Bonnin - 02 54 36 60 83

Dimanche 30 Mai 21

CF HEUGNES - 11.5-14-16-18 km - 7H30-9H
Maison des Associations - FRANCIS LAY - 06 08 02 08 46

Vendredi 4 Juin 21 - Marche Nordique

14h30 - Rond-point Riaud de la Motte



Dimanche 6 Juin 21

CF JEU MALOCHES - 10-14-18 km - 7H30-9H
Place de l'église - Marché à l'arrivée - Foire annuelle - Expo
MARIE LINE FAURE - 06 33 11 88 56
faure.andre.marie-line@wanadoo.fr



AR SARZAY

10-14-18 km - 7H30-9H - Salle polyvalente
JOSIANE DUPUIS - 06 18 21 66 74 - josiane.dupuis0652@orange.fr

Vendredi 11 Juin 21 - Marche Nordique

9h30 - Journée Pique-Nique à Lys Saint-Georges
(RDV UFOLEP pour covoiturage)



US LE POINÇONNET CYCLO MARCHÉ - 9-12 KM - 18H30-19H
RANDONNÉE SEMI-NOCTURNE AU PROFIT DES MAL-VOYANTS
Salle multi fonctions du gymnase - ROLAND DELACOUX - JEAN-PAUL
GAILLARD - 06 86 60 17 04 - roland.delacoux@orange.fr

Samedi 12 Juin 21

RÉUNION GÉNÉRALE DES CLUBS RANDO HEUGNES - 15H30
UFOLEP - 02 54 61 34 55 - ufolep36000@gmail.com

Dimanche 13 Juin 21

PND MICRO POULIGNY NOTRE DAME

9-12-15-18-20 km - 9 km parcours mobilité réduite - 7H30-9H00
Centre socio culturel - ALAIN MEROT - 06 86 24 30 12 - merot.alain@wanadoo.fr



Dimanche 20 Juin 21

CF LYS ST GEORGES - 7-12-15-20 km - 7H-9H - Salle des fêtes
QUENTIN MENURET - 06 85 55 91 39 - menuret@smac-sa.com

Samedi 26 Juin 21

RANDO HORS DEPARTEMENT - 14,5-24 km (sur la journée)
5H Châteauroux - 5H30 La Châtre - LES COMBRAILLES-AUVERGNE
ANDRÉ FAURE 06 33 11 88 56 - MICHEL PLISSON - 06 82 10 38 71
CHRISTIAN BERNIER - 02 54 22 41 07

Dimanche 27 Juin 21

COMITE DES FETES DE DEOLS

10-15-18 km - 7H30-9H - Stade Municipal - Rue de Boislarge
Marche au profit de l'As Grégory Lemarchal
ALAIN BARBIER SAINT HILAIRE - 06 50 97 43 37 - alain.barbiersthilaire@sfr.fr

Dimanche 4 Juillet 21

US POMMIERS - 10-15-19 - 7H30-9H - Salle polyvalente
ALAIN GOURINAT - 02 54 47 78 98 - alain.gourinat@orange.fr

Samedi 10 Juillet 21

US SAINT DENIS DE JOUET - Balade contée sur les croix de village
- 5 km - 17 H place de l'église - 06 33 11 88 56

Dimanche 29 Août 21

CRR VILLENTOIS FAVEROLLES EN BERRY - 9,5-13-16-20 km - 7H30-9H
Plan d'eau communal Faverolles - LIONEL TROUSSELET - 06 08 03 49 71

SAISON 2021 / 2022

Dimanche 5 Sept. 21

**CDF BOUGES LE CHÂTEAU /
AU FIL DE LA VAUVRE - CROZON**

Samedi 11 Sept. 21

LUCAY LE MALE - SEMI NOCTURNE

Dimanche 12 Sept. 21

CDF SAINT-CIVRAN

Dimanche 19 Sept. 21

**ACBB ISSOUDUN
"LA MARCEL DUSSAULT"**

Dimanche 26 Sept. 21

ALDGC CHATEAURoux

RANDONNEES PEDESTRES

RANDONNEES PEDESTRES

2020 • 2021

La saison 2019/2020

*c'était : - 42 associations
- 284 licenciés*



**ATTENTION ! Le port du casque à vélo,
ce n'est pas obligatoire,
c'est juste indispensable !**

TARIFS

Licenciés UFOLEP : 4 €
(Sur présentation de la licence 2020/2021)

Non licenciés UFOLEP : 6,50 €
- 16 ans licenciés : gratuit
- 16 ans non licenciés 2 €

Dimanche 6 Sept 20

CC LUÇAY LE MÂLE

SALLE AJC - PLACE DU CHAMP DE FOIRE
25-55-80 km - 8H (80km) - 8H15 (55km) - 8H30 (25km)
Gérard FOULEAU - 02 54 40 45 98
bertfrancois@orange.fr

Dimanche 11 Avril 21

KSB SPORTS CHATEAUROUX

KSB - ALLÉE DE SAGAN
CHÂTEAUROUX - 36-63-90 km - 8h15
CÉDRIC GONNET - cedric.gonnet@laposte.net - www.ksbcyclo.c.la

Dimanche 18 Avril 21

COMMISSION UFOLEP 36 - La Maurice Flammand

UFOLEP 36 - 23 BD DE LA VALLA CHATX
48-73-90 km - 8H (90km) - 8H30 (73km) - 9H (48km)
02 54 61 34 55 - ufolep36000@gmail.com

Dimanche 25 Avril 21

BELLE ETOILE SPORTS ET LOISIRS CHATEAUROUX

RESTAURATION MUNICIPALE - RUE R. GARROS CHTX
40-60-90 km - 8H (90km) - 8H30 (60km) - 9H (40km)
CLAUDINE GALLIOT 02 54 22 52 69

Samedi 1er Mai 21

US LE POINÇONNET CYCLO MARCHÉ

ECOLE JACQUES PRÉVERT LE POINÇONNET
40-65-90 km - 7H45-8H30-9H
CHRISTIAN HÉLION - 02 54 22 89 01

Dimanche 9 Mai 21

ENTENTE CYCLO CHATEAUROUX

PLACE PIGALLE - SAINT AOUT - 35-60-80 km - 7H30-8H00
MICHEL JOUANNEAU - 06 17 47 16 20 - michel.jouanneau1@orange.fr

Dimanche 16 Mai 21

ASQM CHATEAUROUX

CENTRE DE LOISIRS MOULIN DE LA VALLA CHÂTEAUROUX
40-64-90 km - 7H45-8H30-9H - PHILIPPE MERCIER - 06 67 23 39 87



TOUS LES SPORTS AUTREMENT

COMITE DE L'INDRE

**Remise Exceptionnelle
sur l'affiliation 2020/2021**

L'Ufolep de l'Indre suite à la crise sanitaire a pris la décision de pratiquer une Remise Exceptionnelle de 24 € sur l'Affiliation 2020/2021 à destination de chaque club.

ACTIVITÉS PHYSIQUES D'ENTRETIEN

- AIKIDO - AUTO POURSUITE
- BADMINTON - CYCLOSPORT
- CYCLOTOURISME
- GYMNASTIQUE
- MARCHE NORDIQUE
- MOTO/MOB-CROSS
- PÉTANQUE - QUAD
- RANDONNÉE PÉDESTRE
- SARBACANE
- SKI - SOLEX - TIR À L'ARC
- TWIRLING BATON
- VOLLEY-BALL - VTT
- "MULTIACTIVITÉ ADAPTÉE"
- "PLURISPORT"

Avec 1 seule
et même licence UFOLEP

**Bénéficiez d'une réduction
de 50€* sur votre affiliation en
parrainant un nouveau club**

Votre club se réaffilie à l'Ufolep de l'Indre en 2020/2021 ? Parrainez une association qui désire aussi s'affilier à l'Ufolep pour la 1ère fois et bénéficiez d'une réduction de 50€ pour vous et votre filleule.

**Des formations Premiers
Secours (PSC1)**



L'APAC, une assurance de proximité, solidaire et mutualiste www.apac-assurances.org, vous propose des garanties sur mesure pour couvrir au mieux tous les risques liés à vos activités.

Dimanche 13 Juin 21

US MONTIERCHAUME CYCLO

FOYER RURAL - Allée Pierre Mendès France - Montierchaume
33-42-63-93 km - 8H-9H - GÉRARD PIER - 06 74 16 08 12

Dimanche 20 Juin 21

ACM DÉOLS

RUE PAUL LANGEVIN, SALLE RÉGINA DEOLS
40-60-75-90 km - 8H-8H30
CHRISTIAN MANCOIS - 06 30 79 74 57

Dimanche 27 Juin 21

CC HARRY'S CHATEAUROUX

CENTRE DE LOISIRS MOULIN DE LA VALLA CHÂTEAUROUX
45-65-90 km - 8H (90 km) - 8H15 (65 km) - 8H30 (45 km)
ROGER PÉPIN - 06 81 03 14 59

SAISON 2021 / 2022

Dimanche 5 Sept 21

CC LUÇAY LE MÂLE

Salle AJC, Place du Champ de Foire -25-55-80 km - 8H-8H15-8H30
GÉRARD FOULEAU - 02 54 40 45 98 - bertfrancois@orange.fr

Dimanche 19 Sept 21


ACCBB ISSOUDUN - "LA MARCEL DUSSAULT"

Bd Champion Issoudun - 70 km - 8H30
JOSEPH ALBERTINO - 07 88 20 08 98 - joseph.albertino@orange.fr

CYCLOTOURISME



Tél. 02 54 61 34 55 - E-mail : ufolep36000@gmail.com
23, boulevard de la Valla - BP 77 - 36002 CHATEAUROUX CEDEX



La saison 2019/2020, c'était

- 43 associations

- 280 licenciés randonnée

- 142 licenciés compétition

TARIFS

Licenciés UFOLEP : 4 €

(Sur présentation de la licence 2020/2021)

Non licenciés UFLOPEP : 6,50 €

- 16 ans non licenciés : 2 €

- 16 ans licenciés : gratuit

Les règles élémentaires de sécurité à vélo

www.securite-routiere.gov.fr

En ville

- Circulez sur le côté droit de la chaussée, mais à environ 1 mètre du trottoir et des voitures en stationnement.
- Utilisez, lorsqu'ils existent, les bandes ou pistes cyclables et les doubles sens cyclables.
- Gardez une distance de sécurité d'1 mètre au moins par rapport aux autres véhicules.
- Ne zigzaguez pas entre les voitures.
- Aux intersections, placez-vous un peu en avant des véhicules pour vous faire voir.
- Faites attention aux portières qui s'ouvrent brusquement et aux enfants qui peuvent déboucher entre deux véhicules.
 - Ne circulez pas sur les trottoirs. Seuls les enfants à vélo de moins de 8 ans y sont autorisés.
- Dans les zones de rencontre, ne circulez pas à plus de 20 km/h et respectez la priorité du piéton.
- Dans les aires piétonnes, circulez à l'allure du pas.

Sur la route

- Ne roulez pas trop près de l'accotement, pour éviter les ornières ou gravillons.
 - Dans les virages, serrez au maximum à droite car les voitures ne vous voient qu'au dernier moment.
- Soyez particulièrement prudent lors du passage d'un camion : l'appel d'air risque de vous déséquilibrer.
- Si vous roulez en groupe, roulez à deux de front ou en file indienne. La nuit, en cas de dépassement par un véhicule ou lorsque les circonstances l'exigent (chaussée étroite, etc.), placez-vous systématiquement en file indienne.
- Si votre groupe compte plus de dix personnes, scindez-le.

ÉCOLES DE VTT UFOLEP
pour les jeunes dans le département

ARGENTON-SUR-CREUSE

VTT Argentonais

Etienne Bellesoeur - 07 89 82 38 56

mbellesoeur@hotmail.com

ou vttargentonnais@gmail.com

TENDU

Les Petits Mollet

Pascal Przybylowski - 02 54 24 25 58

vttlespetitsmollet@gmail.com

LE POINÇONNET

US VTT Poinçonnois

Serge Comboroure - 06 40 28 68 96

usvttpoinconnois@gmail.com

VÉLO TOUT TERRAIN

Dimanche 30 Août 20

VTTTRANZAUULT - "LA CYCLONE"

45-34 km - 23 km (parcours familial) - Départ libre à partir de 8h15

Inscription magasin Cycl'One

"Le Forum Le Poinçonnet"

Guy Brulon - 02 54 30 80 76 - 06 84 17 31 71

Dimanche 6 Sept. 20

KSB SPORTS CHATEAUROUX - "L'AMI PIERROT"

Etang de Simoy-Corbançon, Mézières en Brenne

20-33-44-56 km - 8H-9H

Jean-Philippe DAGAUD - 02 54 22 41 12

www.ksbcyclo.la - famille.dagaud@orange.fr

Dimanche 4 Oct. 20

VTT ARGENTONNAIS - LE VAL DE CREUSE

ARGENTON SUR CREUSE - HALLE MUNICIPALE

21-37-44-55-65 km - 7H30 - ETIENNE BELLESOEUR

07 89 82 38 56 - vttargentonnais@gmail.com

Dimanche 18 Oct. 20

ARTHON RANDONNÉES

GYMNASE - CHEMIN DU STADE

30-40-50-60 km - 8H30 - 9H

LOUIS COLIN - 06 84 69 04 43



Dimanche 25 Oct. 20

CRL NOHANT VIC - SALLE DES FÊTES DE VIC

24-42 km - 7H30 - COLETTE CHAMPAGNE

02 54 31 14 74 - bruno.duteil@laposte.net



Dimanche 29 Nov. 20

ACM DEOLS - GYMNASSE DE BRASSIOUX DÉOLS

23-30-40-50 km - 8H (50 km) - 8H30 (23km)

CHRISTIAN MANCOIS - 06 30 79 74 57 - deolscyclo@gmail.com



Dimanche 20 Déc. 20

FR SAINT MICHEL EN BRENNÉ

SALLE DES FETES - 1, rue des Alouettes - 35-45 km - 9H

CHRISTIAN MARCHAIS - 07 86 24 91 07



VELO TOUT TERRAIN

Lundi 5 Avril 21

AS SAINTE GEMME

SALLE POLYVALENTE - Route de Vendœuvres
25-35 km - 8H00
DANY THOMAS - 02 54 38 18 61



Dimanche 16 Mai 21

US VTT POINCONNOIS

RUE JEAN BOUIN - 20-30-50-70 km - 8H
LE POINÇONNET - SERGE COMBOROURE
06 49 34 68 79 - usvttpoinconnois@gmail.com

Dimanche 6 Juin 21

VTT ARGENTONNAIS - LE VAL DE CREUSE

ARGENTON SUR CREUSE - HALLE MUNICIPALE
21-37-44-55-65 km - 7H30 - ETIENNE BELLESOEUR
07 89 82 38 56 - vttargentonnais@gmail.com

Dimanche 13 juin 21

ETOILE SPORTIVE DE PERASSAY

LA PERASSAYENNE - SALLE POLYVALENTE
16-22-38-57 km - Départ groupé à partir de 7h45
BRUNO GOBERT - 06 61 25 19 25
esp.perassay@gmail.com - **Ouvert à tous**

Dimanche 20 Juin 21

FR VELLES - LA VELLOISE

STADE - 23-33-58-62 km - 8H30 (58/62km) 9H (23/33km)
CHRISTOPHE TURPIN - 06 82 68 70 89

Dimanche 4 Juillet 21

VC BLANCOIS - LE BLANC - "LA BLANCOISE"

20-32-44-56 km - 8H30 - ANCIENNE GARE
G. Martino - 06 95 07 50 71- veloclubblancois@wanadoo.fr

SAISON 2021 / 2022

Dimanche 5 Sept.21

VTTRANZAUULT - "LA CYCLONE"

45-34 km - 23 km (parcours familial) - Départ libre à partir de 8h15
Départ groupé à 9 h - Inscription magasin Cycl'One
"Le Forum Le Poinçonnet"
Guy Brulon - 02 54 30 80 76 - 06 84 17 31 71

Dimanche 12 Sept. 21

KSB SPORTS CHATEAUROUX - "L'AMI PIERROT"

Etang de Simoy-Corbançon, Mézières en Brenne
20-33-44-56 km - 8H-9H
Jean-Philippe DAGAUD - 02 54 22 41 12
www.ksbcyclo.la - famille.dagaud@orange.fr

Dimanche 19 Sept. 21

ACBB ISSOUDUN - LA MARCEL DUSSAULT

BOULEVARD CHAMPION ISSOUDUN
20-40 km - 7H30 - JOSEPH ALBERTINO - 07 88 20 08 98
07 88 20 08 98 - joseph.albertino@orange.fr



imprimerie matarese



CHAGNON
IMPRIMEUR
de la création à la finition

PROFESSIONNEL

TÊTES DE LETTRE
ENVELOPPES
LIASSES AUTOCOPIANTES
CHEMISES À RABATS
CALENDRIERS - SOUS-MAINS
ADHÉSIFS

COMMUNICATION

BROCHURES
ABRIS BUS
BÂCHE PVC
ROLLUP

ÉVÉNEMENTIEL

AFFICHES - FLYERS
DÉPLIANTS - SETS DE TABLE
MARQUE-PAGES

PACKAGING

STANDARD OU SUR-MESURE
VOS BOÎTES D'EMBALLAGES
AUX FORMES CLASSIQUES
OU ORIGINALES

Sublimez vos impressions

ZAC Ecoparc - Rue Louis Malbête
36130 Déols - **02 54 34 03 67**
matarese@wanadoo.fr - www.matarese.fr

ufolep

TOUS LES SPORTS AUTREMENT
COMITE DE L'INDRE

Union Française des Oeuvres Laïques d'Education Physique
est le service sportif de la F.O.L. de l'INDRE

LES CHIFFRES 2019 / 2020

- **132** associations affiliées
 - **3346** licenciés
- Une vingtaine d'activités sportives pratiquées dans les associations
- **3** salariés dont 1 éducateur sportif permettant de favoriser l'accès des pratiques sportives à tous
 - **15** membres élus au Comité directeur

**S'ENGAGE DANS
LE DÉVELOPPEMENT DURABLE**

Site internet : www.cd.ufolep.org/indre

Tél. 02 54 61 34 55

E-mail : ufolep36000@gmail.com

23, boulevard de la Valla - BP 77
36002 CHATEAUROUX CEDEX

Gautier CLEMENT - 06 69 06 45 57

Élagage et abattage délicats

B E R R Y
C O N C E P T
E L A G A G E



- ◆ Elagage, Abattage d'arbres dangereux ◆ Toute taille (écimage, éclaircie, réduction, restructuration, taille douce, taille sanitaire)
- ◆ Prévention tempête, mise en sécurité ◆ Broyage ◆ Dessouchage

Les Vergnes - 36190 SAINT PLANTAIRE - bce.clement@yahoo.fr

Les marques.

Vélo
Assistance
Électrique

Joindre l'électrique
à l'agréable

Cycl'one
l'esprit vélo

LE FORUM - 36330 LE POINÇONNET
02 54 60 06 16
sarl.cyclone@wanadoo.fr
f Cycl'one

Le professionnel fera
toujours la différence

Les moteurs

BOSCH
SHIMANO
YAMAHA

Laissez-vous séduire
il n'a jamais été aussi facile de se déplacer
en ville et sur les chemins.

Imprimé sur papier recyclé