



Mars 2026

N°3



Bienvenue dans la newsletter de l'ASC ! Celle-ci a pour vocation de reprendre mensuellement les principales informations de l'association et des sections qui la composent.

Présentation de la section marche



En 2026, la Section MARCHÉ de CORDEMAIS fédère un peu plus de 100 personnes, fidèles aux sorties pédestres hebdomadaires qui ont lieu chaque dimanche, mardi, jeudi ou samedi.

Loin de se « complaire dans leur fauteuil », les seniors forment la majorité des adhérents. Ils s'adonnent à l'activité physique la plus simple, la moins coûteuse (car

peu d'équipements) et surtout la plus recommandée par le corps médical pour éviter la sédentarité reconnue comme l'un des grands fléaux de notre époque.

Un peu d'histoire :

En 1986, la section SPORT LOISIRS (une des sections de l'ASC parmi les 10 de l'époque) créait le club de marche qui a « *fait ses premiers pas* » avec une vingtaine d'adhérents.

Les archives du club ont dévoilées, grâce aux coupures de journaux de l'époque soigneusement conservées, les événements qui ont construit au fil des années la section Marche d'aujourd'hui.

Citons quelques exemples :

>> Les participations à plusieurs randonnées mythiques à travers le département :

le « REZE - PORNIC » (56 km),

le « STE PAZANNE - PORNIC » (36 km),

le « SAVENAY - COUERON » (40 km),

les « PRES SALES GUÉRANDE » (58 km)...

Les « SORTIES OUEST FRANCE »

Sans oublier les participations aux TELETHON et autres randonnées organisées par les clubs du département, chaque année.

DETENTE ET RANDONNÉE PORNICHAISE

0 km

5^e

REZÉ PORNIC

56 km

RANDONNÉE PÉDESTRE
56 KM EN NOCTURNE.

A.S.C. SPORTS LOISIRS CORDEMAIS a accompli

La randonnée pédestre en moins de 12 h.

Pornic le 12 Avril 1992

Le Club :



REZÉ - PORNIC (56 km)

Lieux et Heures d'ouverture des controles.

REZÉ (départ) 0 H 00 <i>Bienvenue chez les cyclotouristes de "DETENTE ET RANDONNÉE PORNICHAISE" qui vous souhaitent une bonne route.</i>	PORT ST PERE 20 km de 2 H 15 à 4 H 30
ST HILAIRE DE CHALEONS 31 km de 3 h 25 à 6 h 50 ST HILAIRE DE CHALEONS	LA BOUTINARDIERE 49 km de 5 h 20 à 10 h 30 <i>LA BOUTINARDIERE</i>
PORNIC HOMOLOGATION 56 km de 6 h 00 à 12 h 00 D.B.P. PORNIC	CONTROLE SECRET

ne> Les sorties en gîte durant tout un week-end. L'occasion de créer des liens forts, de randonner ensemble et découvrir de belles régions.

Depuis, les sorties en gîte perdurent chaque année (un week-end au printemps et le 2ème durant l'automne).

A l'automne dernier, les marcheurs ont réalisé la traversée de la BAIE DU MONT ST MICHEL et visité le Mont. En 2026, la sortie printanière est programmée à LA ROCHELLE et la sortie automnale en PRESQU'ILE de RUIZ.

> le balisage des sentiers (sentier des Cigognes et sentier du Sillon de Bretagne)

Quelques marcheurs entretiennent tous les ans, le balisage de ces 2 sentiers et signalent à la Communauté des Communes les gros travaux de réfection, si nécessaire permettant ainsi à tout randonneur d'emprunter les sentiers sans crainte de s'égarer.

D'autres évènements ont lieu. La randonnée « CYCLO-MARCHE » qui se déroule chaque année à la mi-septembre et rassemble jusqu'à 700 /800 personnes.

Cette année, cette randonnée est fixée aux 12 et 13 septembre au départ de La Portrais à CORDEMAIS. Les cyclistes/vététistes/graveleurs, traileurs et marcheurs attendent 1000 personnes sur différents parcours. Pour les marcheurs 3 parcours seront proposés (7 – 12 et 18 km). Venez nous rejoindre, vous serez les bienvenus.

Pour conclure, « MARCHEZ, Marchez, marchez »...pour découvrir des parcours, les redécouvrir ou bien s'initier tout simplement à la marche, en famille, entre amis. C'est la meilleure façon de se maintenir en forme, s'oxygéner et créer des liens sociaux.





Inauguration du pont de Cheviré - mai 1991

Animations et résultats marquants

Tennis de table:

Le 06/03 : L'équipe 1 a perdu 7-3 contre vertou 4

Le 20/03 : l'équipe 3 a fait match nul contre La Bernerie 7 (5-5)



Course à pied :

Swann Ivanez termine 13e au France de cross



À venir

CORDEMAIS Salle de l'Hippodrome

Samedi 28 MARS 2026

De 16h à 18h Stage de Valse lente

De 21h à 1h **SOIRÉE DANSANTE**

Toutes danses

Ouvert à tous





TARIFS par personne
 STAGE (2H00): 12€ (10€ adhérents)
 SOIRÉE DANSANTE: 10€ (gratuite adhérents)
 Boissons sans alcool, collations gratuites.
 RENSEIGNEMENTS ;
 02 40 57 83 25
 EMAIL: CORDEMAISDANSE@FREE.FR
 SITE : [HTTP://ASCDANSEDESALONCORDEMAIS.JIMDO.COM/](http://ASCDANSEDESALONCORDEMAIS.JIMDO.COM/)



Soirée dansante +
stage de valse
lente
28 mars

 **NOCTURNE** 

LA CORDEMAISIENNE

SAMEDI 12 SEPTEMBRE 2026

DÉPART DE LA PORTRAIS (CORDEMAIS)

GRAVEL

300, 200 KM

VTT 40 KM

CONCERT

 

       

Sortie gravel/vtt
nocturne
12 septembre



Rando vtt/marche

13 septembre

Vtt

Trail

Marche

Gravel

Cyclo

Concert



Mairie de Cordemais



ASC

Rue des Sports, 44360, Cordemais

Cet email a été envoyé à {{ contact.EMAIL }}.

Vous avez reçu cet email parce que vous vous êtes inscrit à notre newsletter.

[Se désinscrire](#)