

Article VTT Loisirs LVP



- **Notre Rallye VTT annuel**



Cette année encore, c'est avec grand plaisir que nous avons accueilli environ 70 personnes lors de notre rallye annuel qui a eu lieu en septembre sous un soleil au rendez-vous.

Petits et grands ont pu parcourir à pieds ou en VTT sur 2 parcours au choix de 10 et 30 kms les magnifiques chemins forestiers qui entourent notre village et qui constituent notre terrain de jeu dominical.

Après un bon repas sous le signe de la convivialité, certains ont pu démontrer leur talent à la pétanque pendant que d'autres se reposaient allongés sur le château gonflable normalement destiné aux enfants...

- **Nos sorties le Dimanche matin**

Nous nous retrouvons tous les dimanches matin à 9h30 face à la mairie pour parcourir la forêt de Roumare ou encore la forêt verte. Nous avons également mis en place une activité de renforcement musculaire le mardi soir plutôt axé sur des exercices de gainage et d'assouplissement.

- **Nos sorties sportives**

Blaye: Cette année encore, pour la 5^{ème} fois consécutive, une belle brochette de vététiste a parcouru les vignes de Blaye sur un parcours toujours aussi sportif que magnifique. Tout le monde est rentré ravi avec en plus quelques jolis souvenirs dans le coffre.



La Salagou Mania: Un petit noyau d'irréductibles était encore cette année présent au Salagou parmi 800 participants, fin septembre, pour « mouiller le maillot » sur les reliefs techniques montagneux de l'Hérault autour du Lac du Salagou. Un magnifique parcours que certains ont trouvé cette année « renversant ».

Les randos régionales : Notre région nous propose également de belles randonnées dans un rayon de 60 kms autour de la Vaupalière. Certains d'entre nous ont pu s'adonner à leur sport favori à la ronde des abbayes (Le Trait), Bois & vallée (Mesnil Lieubray) ou encore à l'Oxybike (Canteleu), et la liste est longue...

- **Pour nous contacter:**

Eric DESSAUX 06 08 22 97 63 / Pascal LEBRUN 02 35 33 47 88 / Christophe MAREST 06 99 65 60 47

Notre site internet : <http://vttloisirslavaupaliere.sportsregions.fr/>