

Nort sur Erdre le 23 Janvier 2025

Chers adhérents, chers amis,

Encore une année qui se termine ... Le temps passe hélas trop vite !  
Nous espérons vous avoir apporté au cours de ces derniers mois, des moments de joie et de plaisir à travers nos différentes activités.

Que 2025 soit toujours porteuse de belles rencontres, de partage et d'empathie, où chacun reste le bienvenu.

Au nom de tous les membres du Conseil d'Administration, je vous souhaite une très belle année : surtout de très bonne santé, qui nous permette de nous retrouver pour tous ces moments de convivialité.

Meilleurs vœux !

Christian LANGE Président du LAC



## Assemblée Générale Ordinaire le Jeudi 20 Mars 2025 à Cap Nort

**Vous êtes conviés à partir de 13h00 pour le renouvellement des adhésions et à 14h30 début de l'A.G.**

### RENOUVELLEMENT ET NOUVELLES ADHÉSIONS AU LAC POUR 2025

Cotisations **18€** pour les adhérents prenant la carte à NORT et **10€** pour ceux ayant déjà une carte dans un autre Club.

### PREPAREZ VOTRE CHÈQUE A L'ORDRE DE LAC NORT

### ORDRE DU JOUR DE L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ORDINAIRE

- Accueil du Président,
- Rapport des activités par les différentes commissions.
- Compte-rendu financier par le Trésorier.
- Présentation du rapport d'orientation par le Président.
- Vote des rapports.
- Vote de la cotisation 2026 à 19€.

### **Election au Conseil d'Administration :**

- NEVEU Catherine (Sortante)
- RABINE Didier (Sortant)
- COUTANT Josette (Nouvelle candidate proposée)

**Ne se représente pas :** MONNIER Micheline

### **Questions diverses :**

- Intervention d'un Membre de la Fédération.
- Intervention des Personnalités.
- Proclamation des résultats des votes.
- Un gâteau et le verre de l'amitié clôtureront cette assemblée.

### Recherches bénévoles :

- **Si vous souhaitez vous investir dans nos différentes activités aussi bien au sein du CA ou à l'extérieur, n'hésitez pas à nous contacter vous êtes les bienvenu(e)s.**  
**[christianlange@orange.fr](mailto:christianlange@orange.fr) ou ☎ 06.82.34.80.99**

### **VOYAGE 2025**

- **De la Côte Fleurie à la Côte d'Albâtre** du Lundi 15 au Jeudi 18 Septembre 2025 : Inscriptions le lundi 10 Février et le premier versement de 200€ ⇨ Voir document joint
- **Les Grands Lacs d'Italie** paiement du 3<sup>ème</sup> Acompte de **420 €** le Lundi 24 Février 2025  
⇨ Pour les participants au séjour, nous vous informons qu'une réunion d'information avec le voyagiste Aven Tour, se déroulera fin Mai.

## SORTIES A LA JOURNÉE EN 2025

- **Le Parlement de Bretagne et la visite de Ouest-France** le Jeudi 27 Mars : Inscriptions le lundi 10 Février  
⇒ Voir document joint
- **La Fête de la Langoustine** le 23 Mai La Porte du Golfe à Muzillac : Inscriptions le lundi 24 Mars ⇒ Voir document joint

## INFORMATIONS DIVERSES 2025

**CONCOURS DE BELOTE 22 FÉVRIER 2025** : Salle des Loisirs à 14H00 - Engagement 8€ par joueur

**THE DANSANT LE 9 MARS 2025** : Orchestre Isabelle DEBARRE  
↳ Salle Cap Nort à 14H30 - Entrée 10€ (1 boisson et 1 pâtisserie offertes)

**RANDONNÉES PÉDESTRES DE 7 A 8 KM** le mardi tous les quinze jours en interclub avec le club de CASSON

## Randonnées 2025



### Départ du champ de foire le Mardi après-midi

<b>CASSON</b>	<b>NORT SUR ERDRE</b>
Rdv 13h45 <u>Départ à 14H00</u>	Rdv 14h <u>Départ 14h15</u>
<b>18 Février</b>	<b>4 Février</b>
<b>18 Mars</b>	<b>4 Mars</b>
<b>15 Avril</b>	<b>1<sup>er</sup> Avril</b>
<b>13 Mai</b>	<b>29 Avril</b>
<b>10 Juin</b>	<b>27 Mai</b>
<b>9 Septembre</b>	<b>24 Juin et Repas de la Marche</b>
<b>7 Octobre</b>	<b>26 Août</b>
<b>4 Novembre</b>	<b>23 Septembre</b>
<b>2 Décembre</b>	<b>21 Octobre</b>
	<b>18 Novembre</b>
	<b>16 Décembre et Bûche de Noël</b>

**JEUX DE SOCIÉTÉ 2025** : Responsable Mme TESSIER Monique ☎ 02.28.24.06.47  
Le mardi après-midi à 14H Salle du Club.



Février	Mars	Avril	Mai	Juin	Août	Septembre	Octobre	Novembre	Décembre
Mardi 11	Mardi 11	Mardi 8	Mardi 6	Mardi 3	Mardi 19	Mardi 2	Mardi 14	Mardi 4	Mardi 9
Mardi 25	Mardi 25	Mardi 22	Mardi 20	Mardi 17 Mardi 23	Si le Club est réouvert	Mardi 16 Mardi 30	Mardi 28	éventuellement à la place du 11 Novembre	
									Mardi 26

**DANSE EN LIGNE** : Le mardi après-midi à 14h Salle des Loisirs ou Salle Sud.

↳ Pour plus de renseignements ou pour vous inscrire contactez Mme Fabienne RABINE ☎ 06.63.08.12.26

Année 2025									
Janvier	Février	Mars	Avril	Mai	Juin	Septembre	Octobre	Novembre	Décembre
Mardi 21	Mardi 11	Mardi 4	Mardi 1	Mardi 6	Mardi 3	<i>Les dates vous seront communiquées ultérieurement</i> 			
Mardi 28	Mardi 25	Mardi 11	Mardi 8	Mardi 13	Mardi 10				
		Mardi 25	Mardi 22	Mardi 20	Mardi 17				
			Mardi 29	Mardi 27	Mardi 24				

**REPRISE DE LA GYM DOUCE** le Jeudi 9 Janvier 2025 Salle Sud

Deux séances d'une heure les jeudis à 9h15 et à 10h30, sauf vacances scolaires.

Si vous désirez participer des inscriptions sont toujours possibles avant ou après les cours.

Pour plus d'informations contacter : Mme MAINGUY Marie -Thérèse : 02 40 72 10 96

ou Mme GICQUEL Marie- Thérèse : 02 40 29 55 95



**PÉTANQUE A PORT MULON** tous les vendredis après-midi à 14H.

Si le vendredi après-midi vous voulez passer un bon moment de détente et de convivialité, alors n'hésitez pas !!! Venez nous rejoindre au port Mulon, et quel que soit votre niveau, vous serez le (la) bienvenu(e).



**REPAS ANNUEL DU LAC**

**Jeudi 3 Avril 2025 Salle Cap Nort à 12h**



**Apéritif**

**Mise en bouche**

Verrine panacotta choux fleurs et coulis tomate basilic  
Mini croque saveurs truffe

**Entrée**

Assiette landaise (foie gras. Magret fumé. Gésiers tiède).

**Trou Normand**

**Plat**

Pavé de cabillaud rôti sauce safrané

**Garniture**

Risotto de légumes et purée de patate douce

**Fromage**

Assiette de salade et fromages : brie de Meaux et chèvre cendrée

**Dessert**

Aumônière pomme et caramel beurre salé

**Vin et Café**

**Coût par adhérent 30€**

**Inscriptions uniquement : Le Mardi 18 Mars 2025 à 14h Salle du Club**

Les chèques seront déposés en banque le 24 Mars 2025

### **REPAS MENSUELS le dernier jeudi du mois au tarif de 16€**

Pour s'inscrire vous pouvez le faire jusqu'au mercredi de la semaine précédente en contactant :

↳ Les responsables des repas Françoise DUGAIN ☎ 06.65.59.82.25 ou Maryvonne TARIOT ☎ 06.62.37.79.80

Passée cette date, les inscriptions ne sont plus prises en compte

Vous pouvez déposer les chèques dans la boîte aux lettres du LAC

Mois	Menus	Mois	Menus
<b>30 Janvier</b> Salle du Club	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pot au feu et ses légumes</li> <li>Fromage, beurre, salade et pain</li> <li>Riz au lait et caramel au beurre salé</li> </ul>	<b>Juillet</b>	<b>Pas de repas mensuel</b> <b>Fermeture du Club</b>
<b>Jeudi</b> <b>27 Février</b> Salle du Club	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bouchée à la reine</li> <li>Dos de cabillaud aux herbes</li> <li>Fromage beurre, salade et pain</li> <li>Fondant 3 chocolats</li> </ul>	<b>Jeudi</b> <b>28 Août</b> Salle du Club	<ul style="list-style-type: none"> <li>Chiffonade de jambon et melon</li> <li>Pavé de saumon sauce champagne et sa garniture</li> <li>Fromage, beurre, salade et pain</li> <li>Dacquoise aux fruits rouges</li> </ul>
<b>Jeudi</b> <b>27 Mars</b> Salle du Club	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cassolette de la mer</li> <li>Paupiettes de veau et sa garniture</li> <li>Fromage, beurre, salade et pain</li> <li>Salade de fruits frais</li> </ul>	<b>Jeudi</b> <b>25 Septembre</b> Salle du Club	<ul style="list-style-type: none"> <li>Choucroute</li> <li>Fromage, beurre, salade et pain</li> <li>Fondant 3 chocolats</li> </ul>
<b>Jeudi</b> <b>3 Avril</b> <b>Salle Cap Nort</b>	 <p><b>Menu non défini</b></p>	<b>Jeudi</b> <b>30 Octobre</b> Salle du Club	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cocktail avocat et crevettes</li> <li>Cuisse de canard et sa garniture</li> <li>Fromage, beurre, salade et pain</li> <li>Île flottante</li> </ul>
<b>Jeudi</b> <b>22 Mai</b> Salle du Club	<ul style="list-style-type: none"> <li>Œufs mimosa</li> <li>Filet de dorade sauce oseille</li> <li>Fromage, beurre, salade et pain</li> <li>Eclair café</li> </ul>	<b>Jeudi</b> <b>27 Novembre</b> Salle du Club	<ul style="list-style-type: none"> <li>Galette de Saint Jacques</li> <li>Filet de merlu beurre blanc et sa garniture</li> <li>Fromage, beurre, salade et pain</li> <li>Tiramisu</li> </ul>
<b>Jeudi</b> <b>26 Juin</b> Salle du Club	<ul style="list-style-type: none"> <li>Jambalaya</li> <li>Fromage, beurre, salade et pain</li> <li>Entremet Poire caramel</li> </ul>	<b>Jeudi</b> <b>18 Décembre</b> <b>Salle Cap Nort</b>	 <p><b>Repas de Noël</b> <b>Menu non défini</b></p>



# Aven tour



# Le Parlement de Bretagne Le Parc du Thabor et Ouest-France

Le Jeudi 27 Mars 2025

Avec L'Association LAC de NORT SUR ERDRE

13 h 45 : Départ de NORT SUR ERDRE - Place du Champ de Foire. Route en autocar vers RENNES.

15 h 45 : Visite guidée du Parlement de Bretagne. Le Palais du Parlement de Bretagne constitue, d'un point de vue patrimonial et historique, le monument phare de la ville de Rennes. Symbole et toile de fond des épisodes qui ont marqué l'histoire de la Bretagne, le Palais du Parlement est aussi un remarquable témoignage du grand décor royal et parisien du XVII<sup>e</sup> siècle. Édifié entre 1618 et 1655, le siège de cette cour de justice souveraine, chargée d'enregistrer édits et lettres royales, exprime en ses murs le prestige de sa fonction.



17 h 45 à 18 h 45 : Promenade libre dans le centre-ville historique de Rennes ou dans le Jardin du Thabor, parc aménagé sur plus de dix hectares dont la particularité est de mêler un jardin à la française et un jardin à l'anglaise. 19 h 30 : Dîner au restaurant : (exemple de menu)

Kir et amuses bouches  
Terrine de Poisson  
Cuisse de canard, sauce poivre, pomme de terre grenaille et salade  
Tartelette aux pommes  
1/4 vin par personne et eau



21 h 45 : Visite guidée du journal Ouest-France. Plongez au cœur des coulisses du journal Ouest-France, vous serez guidés au travers des différents services nécessaires à l'élaboration du journal.

Vers 00 h 15 : Route du retour puis arrivée à NORT SUR ERDRE vers 1 h 30 / 1 h 45.



## CONDITIONS 2025

**PRIX PAR PERSONNE : 79 €**

**Comprenant** : Le transport en autocar de grand tourisme - La visite guidée du Parlement de Bretagne - Le dîner boissons comprises - La visite guidée au journal Ouest-France

**N.B** : Ouest France : Carte Nationale d'identité ou passeport en cours de validité obligatoire le jour de la visite  
Fournir une copie à l'inscription (nous devons remettre une liste à Ouest France avant votre visite)

COUPON-INSCRIPTION à remettre à l'Association L.A.C de NORT sur ERDRE

Mme NIZAN Michelle ☎ : 06.83.17.67.04

LE PARLEMENT DE BRETAGNE, Le Parc du Thabor et Ouest France

Inscription Le Lundi 10 Février 2025 à la Salle du Club de 14 h 00 à 15 h 00

NOM: \_\_\_\_\_ Prénom: \_\_\_\_\_

NOM: \_\_\_\_\_ Prénom: \_\_\_\_\_

Votre adresse: \_\_\_\_\_

☎ \_\_\_\_\_ ☎ Portable: \_\_\_\_\_ Mail: \_\_\_\_\_ @ \_\_\_\_\_

Personne à prévenir en cas d'urgence : Nom et ☎ : \_\_\_\_\_

Je joins à ma fiche d'inscription le chèque de 79 €/pers (à l'ordre du L.A.C. Encaissement du chèque le 17 Mars)

Je joins la copie de ma pièce d'identité valide (recto-verso pour la carte d'identité)

## Sortie La Fête de la Langoustine le 23 MAI 2025 à Muzillac

**Rendez-vous à 10h30 place du champ de foire de Nort sur Erdre**



### Menu

#### Apéritif maison

Assiette de fruits de mer et de langoustines bretonnes de nos côtes

Filet de merlu Breton au véritable beurre blanc d'Emilia

Duo de fromages sur son lit de salade aux noix

Omelette Norvégienne flambée au Grand Marnier

Vin, eau et café, infusion



### Déjeuner chantant et dansant avec la troupe des Bateliers de Célac

Nous partons en mer ! Au côté de l'équipage « Accord en Folies », Orchestre de talents, accompagné de ses 2 danseuses pour vous faire vivre Un après-midi musical et festif digne des dîners de Gala du Commandant, Au programme : danses, chants, rigolades, le tout au rythme des marées. Et toujours un accueil personnalisé et chaleureux par les matelots de la Porte du Golfe.

**Coût par adhérent : 68 €**

**Le transport sera pris en charge par le LAC**

Inscriptions le : **Lundi 24 Mars** – Salle du Club de **14h00 à 15h**

Les chèques seront déposés en banque le 13 Mai 2025

**COUPON-INSCRIPTION à remettre à l'Association L.A.C**

**Mme Nizan Michelle 06.83.17.67.04**

**LA FETE DE LA LANGOUSTINE LA Porte du Golfe à Muzillac**

**NOM-Prénom**

**NOM-Prénom**

**Portable**

**Mail**



# DE LA CÔTE FLEURIE À LA CÔTE D'ALBÂTRE (76) LUNDI 15 AU JEUDI 18 SEPTEMBRE 2025

1 autocar de 57 places maximum

## JOUR 1 : VISITE GUIDÉE DE LA CÔTE FLEURIE

**8H00** - Départ de Nort sur Erdre, Place du Champ de Foire, en direction de Deauville.

**12H30** - Déjeuner en cours de route.

**14H30** - Visite guidée de la Côte Fleurie : Deauville, Trouville et Cabourg. Retrouvez les charmes et la diversité de l'architecture balnéaire. Une architecture qui évoque le voyage dans l'espace et dans le temps. **Temps libre sur l'esplanade de Deauville** (en fonction de l'heure).

Installation en hôtel\*\*\* au Havre, suivie du dîner sur place (entrée - plat - dessert - ¼ vin - café ou thé).

## JOUR 2 : LE HAVRE ET SON PORT

Petit-déjeuner à l'hôtel.

**10H30** - Visite guidée de la ville du Havre en autocar

Le Havre vous séduira par les contrastes entre l'architecture contemporaine du centre-ville inscrit au Patrimoine Mondial de l'Humanité par l'Unesco en 2005 et celle balnéaire du front de mer et des quartiers anciens.

Déjeuner au restaurant au cœur du centre-ville du Havre.

*Ex de menu : Moelleux au cidre, cœur camembert - Fricassée de volaille à la crème et champignons - Mousse au chocolat maison - ¼ de vin - Café*

**15H00** - Visite commentée du port en bateau

Embarquement immédiat pour découvrir l'un des plus grands ports européens, le Port du Havre qui affiche un palmarès impressionnant : 1<sup>er</sup> port français pour le trafic de conteneurs, 2<sup>ème</sup> port pétrolier français et 5<sup>ème</sup> port européen.

Retour à l'hôtel\*\*\* au Havre, suivie du dîner sur place (entrée - plat - dessert - ¼ vin - café ou thé).

## JOUR 3 : ETRETAT ET FÉCAMP



Petit-déjeuner à l'hôtel.

**10H00** - Visite guidée d'Etretat Village

Partez à la découverte de l'histoire de ce village romantique mondialement connu pour ses falaises grandioses !

Déjeuner au restaurant.



**Après le déjeuner – Visite commentée de Fécamp et du Palais Benedictine**

Il vous séduira par son bâtiment à l'architecture éclectique. Vous y découvrirez l'histoire de la célèbre liqueur, la distillerie, les caves et ses alambics, la salle des plantes et épices qui entrent dans sa composition et goûterez enfin à ce précieux élixir.



*Retour à l'hôtel\*\*\* au Havre, suivie du dîner sur place (entrée - plat - dessert - 1/2 vin - café ou thé).*

**JOUR 4 : HONFLEUR ET RETOUR**



*Petit-déjeuner à l'hôtel.*

**10H00 – Visite guidée pédestre d'Honfleur 1H30.**

Vous cheminerez dans les quartiers anciens du centre de Honfleur et le célèbre Vieux Bassin et de la Lieutenance. Votre guide vous dévoilera l'impressionnante charpente des Greniers à Sel qui servaient autrefois à entreposer le sel de la gabelle.

*Déjeuner au restaurant.*

**Après le déjeuner** – Départ pour une **croisière en bateau à Honfleur**. 1H30 de promenade commentée à la découverte de l'estuaire de la Seine avec passage du sas-écluse, du radar, du port de commerce et des quais en Seine.

Retour en fin d'après-midi vers Nort sur Erdre.



**Coupon Inscription à remettre à l'Association L.A.C. de Nort-sur-Erdre**

**Mme Nizan : 06 83 17 67 04**

**De la Côte Fleurie à La Côte d'Albâtre**

**Du Lundi 15 au Jeudi 18 Septembre 2025**

Prix 620 € paiement en 3 fois : Février, Juin, Septembre

Chambre individuelle 150€

Inscription le Lundi 10 Février 2025 à la Salle du Club de 14h à 15h

NOM : \_\_\_\_\_ Prénom : \_\_\_\_\_

NOM : \_\_\_\_\_ Prénom : \_\_\_\_\_

Portable : \_\_\_\_\_ Mail : \_\_\_\_\_

Personne à prévenir en cas d'urgence : Nom et téléphone

Je joins à mon inscription le 1er acompte de 200 € ordre du LAC (chèque encaissé fin Février)