

BANDOL LOISIRS CULTURE



1469 chemin de Naron
83150 Bandol
www.blcbandol.fr

n°121 – SEPTEMBRE 2026

EDITO *de la Présidente Martine MATHIEU* 07 82 26 73 38 mma.mathieu@free.fr

Cher(e)s ami(e)s bonjour,

Quelques nouvelles de ce mois de septembre.
Tout d'abord un immense merci a Messieurs Regis Trinquesse, Sandoval Roger, Loison Christian, Durand Daniel pour le débroussaillage derrière notre école. Un travail plus que parfait.

Tous les ateliers ont repris leurs activités ou presque. En effet, nous sommes au regret de vous informer que faute de partenaires hommes, l'atelier Rock ne peut fonctionner. Beaucoup de cavalières, pas de cavaliers. Alors Messieurs, pas d'amateurs ?

L'atelier "bel canto" recherche aussi des Messieurs. Pas besoin d'être professionnel, l'envie, le partage, suffisent. Faites un essai !!!

Carte adhérent : pour ceux qui souhaitent avoir des réductions au cinéma de bandol ou au théâtre Jules Vernes à Bandol. Faites moi votre demande par mail.

Aquagym : il me reste 3 places pour le vendredi 15 h petit bassin. Me contacter .

Assemblée générale : faute de salles disponibles actuellement sur Bandol pouvant accueillir environ 150 personnes, nous ferons notre a**ssemblée générale dans la salle des fêtes du plan du Castellet le jeudi 5 novembre au matin** (à noter sur vos agendas). L'ordre du jour et l adresse exacte vous seront communiqués prochainement.
Nombreuses personnes oublient de régler la cotisation annuelle de 25 € alors qu'elles ont réglé leur atelier. Merci de bien vouloir vérifier



Je vous souhaite un bon mois d octobre. Bien amicalement
La Présidente
Martine Mathieu

BEL CANTO

Chantal Verchain tél : 06 81 64 32 02 chantal.verchain@orange,fr
François Peyras tél : 06 79 94 87 80 Chef de Choeur

Après une pause estivale, l'Atelier de chant choral BEL CANTO reprendra ses activités **le jeudi 1er octobre 2026 à 18H au lieu habituel, l'ancienne Ecole de Naron, 1469 chemin de Naron à Bandol.**

François PEYRAS aimerait étoffer le pupitre des hommes (ténor, baryton, basse). Les voix féminines (alto et soprano) seront également les bienvenues.

Vous aimez chanter : n'hésitez pas à pousser la porte des répétitions pour un essai et poursuivre l'aventure si l'essai vous a convaincu. Nous répondrons à toutes vos questions.



DANSE ROCK

Jean Claude Saillard tél : 06 71 45 62 17 jcsaillard@gmail.com

Malheureusement je manque cruellement de cavaliers alors que j'ai de nombreuses demandes de cavalières. Dans ces conditions, nous ne pouvons travailler, je me vois donc dans l'obligation d'arreter l'atelier.

YOGA

Charlotte Gaudin tél : 06 22 89 03 99 charlottemarie.gaudin@gmail.com

les Cours de yoga ont repris le 7 septembre mais nous ne sommes pas encore au complet. Si vous souhaitez venir faire un cours d'essai c'est encore possible. **Il reste des places Le lundi matin à 9h30 (Cours niveau confirmé) le mercredi à 10h30 (Cours de yoga doux, réveil musculaire et travail de mobilité accessible à tous) Et le vendredi à 10h30 (cours débutant).** Pour toute information, merci de contacter charlotte par message au 06 22 89 03 99.



PETANQUE

Responsable : Daniel Durand tél : 06 07 63 81 01 mail : durandd781@aol.com
Adjoint : Brigitte Rubeni tél : 06 76 18 33 15 mail : bflorianrubeni@gmail.com
Adjoint : Elie RIGAIL tél : 06 59 84 53 28 mail : daniellebaron14@yahoo.fr
Adjoint : Jean Luc Vignon tél : 06 80 75 84 98 mail : jlvignon@free.fr

Le mercredi 9 septembre 2026 l'atelier pétanque a repris son activité et nous étions très heureux de nous retrouver à la Rambla de Saint Cyr après ces 2 mois de vacances. A ce jour 105 adhérents nous ont rejoint et nous souhaitons la bienvenue aux nouveaux inscrits.
Un pot de bienvenue a été organisé le mercredi 30 septembre et nous étions nombreux pour échanger, partager et faire connaissance avec les nouveaux inscrits dans une ambiance chaleureuse et conviviale.
Un petit rappel pour les personnes qui seraient intéressées, nous jouons tous les mercredis et vendredis à la Rambla de Saint Cyr à partir de 14h.



CYCLOTOURISME

Jean-Louis Lantenois tél : 06 63 53 80 35 jeanlouis.lantenois@yahoo.fr

Les cyclotouristes ont repris leurs sorties dès la mi-septembre, le beau temps a permis de faire deux sorties de remise en jambes avec 10 participants grâce au renfort de 4 nouveaux participants. Nous espérons que la météo d'octobre sera clémente pour bien profiter de ce début d'automne et nous souhaitons un bon rétablissement aux absents retenus à l'infirmerie. Amicalement. Jean Louis Lantenois

DANSE EN LIGNE

Véronique Dubourg tél : 06 20 24 58 53 didine83150@gmail.com

Depuis le 15 septembre, les cours de danse en ligne ont repris dans une ambiance conviviale et dynamique !
Cette année, face au succès rencontré et à une liste d'attente importante, nous avons eu le plaisir de créer un deuxième groupe afin de pouvoir accueillir davantage de danseuses et danseurs. 🎶🕺
Une belle réussite pour notre association, qui montre l'enthousiasme grandissant autour de la danse en ligne !



THEATRE

Jeannine Vast tél : 07 81 17 90 65 jean.vast@free,fr
Marie-Jo Arnaud tél : 06 84 78 69 66 mariejo.arnaud48@gmail.com

En début de saison nous constituons une nouvelle troupe. Certaines personnes sont parties et d'autres sont arrivées mais nous manquons toujours d'hommes qui pourraient donner plus de piquant à nos textes.

Dans la bonne humeur nous travaillons afin de vous proposer un nouveau spectacle que nous espérons pouvoir jouer sur scène le moment venu.

Il n'est pas trop tard pour vous joindre à nous si le cœur vous en dit.



ATELIER VOYAGES BLC — Octobre 2027

✈ Prolonger les vacances… en voyageant !
Tout le monde a repris les sentiers et les activités, mais aussi les voyages, pour faire durer encore un peu l'esprit des vacances !

Prochaine escapade : l'Italie ! Le 2 octobre prochain, un groupe très sympathique prendra la direction de l'Italie pour une belle escapade autour de Venise et de ses célèbres gondoles. 🇮🇹🚤 **Avec MICHEL VOYAGES**, une belle croisière, de beaux paysages les attendent ! On leur a promis des panoramas sublimes, une cuisine très raffinée tout au long du séjour et, paraît-il, une ambiance exceptionnelle à bord avec **« Open Bar »**… 🍹☺
Alors, il est temps de commencer à rêver un peu !
Nous serons avec eux par la pensée et, bien entendu, je compte sur nos voyageurs pour nous rapporter de **très belles photos de leur séjour et de nos participants**. 📸



🌍 Les prochains grands voyages sont en préparation !
1. NAMIBIE : d**eux départs.** Ce voyage, organisé avec **MOBEE International**, est désormais **complet**. Du **10 au 21 novembre 2026 &** Du **17 au 28 novembre 2026**
Le départ étant très proche, il n'est malheureusement plus possible de modifier la liste des participants. En effet, nous avons dû effectuer les démarches auprès de l'ambassade pour l'obtention des visas, une procédure qui demande beaucoup de temps.
🏝 **2. COSTA RICA** Du 26 avril au 7 mai 2027. **Le** premier groupe est également complet**.** Cependant, si nous dépassons **25 participants**, je pourrai créer un **second groupe**. Une dizaine de personnes sont actuellement sur liste d'attente. **Alors, n'hésitez pas à m'appeler pour vous inscrire !** 📞

Et après ? 🌎 La prochaine destination : octobre 2027
Pour notre prochaine destination, prévue en **octobre 2027**, nous avons actuellement **de sérieuses pistes pour un court séjour**.
Quelques réponses restent toutefois à obtenir sur des points importants avant de pouvoir vous présenter définitivement le projet.
🗓 **Normalement, vous devriez recevoir notre proposition durant la première quinzaine d'octobre 2026.** Comme toujours, **les places seront limitées**. Alors, dès que la proposition sera envoyée, ne tardez pas à vous inscrire !

❤ À très bientôt !

Bonne lecture à toutes et à tous, et au plaisir de vous retrouver très prochainement sur les chemins… ou au bout du monde ! 🌍✈
L'Atelier Voyages BLC
Jeannine ninja83150@gmail.com **Tél : 06.79.83.86.98**

TAROT

Contact : tarotblc@gmail.com
Responsable : Sandrine LOCARD : 06 13 90 66 71
Adjoint : Salvatore LOMBARDO : 06 68 52 12 47
Adjoint : Jean-Claude LOCARD : 06 33 38 06 03
Adjoint : Régis TRINQUESSE: 06 17 87 95 98



Quel plaisir de se retrouver pour cette saison 2026-2027. Une rentrée encourageante avec de nouveaux joueurs qui viennent faire un essai le temps d'un après-midi et qui adhérent à notre Atelier. Un petit apéritif a réuni les adhérents le lundi 14 septembre pour bien commencer cette nouvelle saison.



Vous pouvez noter dès à présent les événements proposés pour cette saison : **le Beaujolais nouveau lundi 23 novembre, l'Epiphanie vendredi 8 janvier, la Chandeleur lundi 1er février, goûter pascal vendredi 2 avril et nos 3 tournois les vendredis 11 décembre, 12 mars et 4 juin.**

Amicalement Sandrine, Salvatore, Jean-Claude et Régis.

CHANTONS AVEC LE CHOEUR

Marie-Jo Arnaud tél : 06 84 78 69 66 mariejo.arnaud48@gmail.com

Notre Chef de Chœur est actuellement en voyage pour une durée de 15 jours.

Toutefois, grâce à la bonne volonté de Régis, nous poursuivons nos répétitions avec dynamisme et investissement.

Les conseils précieux de Gérard ainsi que l'expérience de nos chanteurs chevronnés, nous permettent de nous corriger et de progresser.

Nous avons hâte de le retrouver, encore plus rayonnant, le 8 octobre



RANDONNEE

Chantal Rapeto tél : 06 10 39 65 64 chanrapeto@gmail.com

Chers(es) Amis(es) de la randonnée,

L'équipe de l'atelier rando souhaite la bienvenue à tous les nouveaux adhérents, ainsi qu'à tous les participants qui se sont réinscrits pour cette nouvelle saison. Nous avons eu le plaisir d'accueillir un certain nombre d'entre vous au forum des associations. Chaque lundi, nous découvrons de beaux parcours plus ou moins sportifs dans notre belle région de Provence.

Le 14 septembre, nous avons commencé notre saison en effectuant une randonnée sur **l'Île des Embiez**. Cette belle journée, chaude et ensoleillée, nous a permis de nous baigner dans une eau cristalline pour le bonheur de tous nos participants. D'une superficie totale de 95 hectares environ, l'Ile des Embiez est essentiellement constituée par des terrains métamorphiques et des alluvions. La végétation est typique du milieu méditerranéen avec des plantes qui s'adaptent respectivement aux milieux salés, à la sécheresse et à l'ensoleillement prononcé.



L'Arène Philippe Thiers-Ile des Embiez.
Lieu emblématique dédié aux événements en plein air.



Le 21 septembre, nous sommes partis de l'école de Naron pour nous rendre sur la **plage de La Madrague à St Cyr**. Après avoir grimpé jusqu'à la **colline de La Gâche**, nous sommes descendus par la dune de sable et pris le chemin des vignes jusqu'à la plage. La colline de La Gâche offre cette curiosité : un versant de sable appelé dune éolienne plaquée sur la face sud, façonnée au fil des siècles par le mistral. C'est aujourd'hui une dune fossile protégée.



La dune de sable



En rentrant de cette randonnée, nous avons programmé notre réunion annuelle pour 2026/2027 afin de communiquer le bilan de la saison écoulée, les règles de fonctionnement de l'atelier pour les nouveaux adhérents, un rappel pour les habitués, ainsi que nos projets... Un pot de bienvenue s'en est suivi dans la convivialité et le partage.

Le 28 septembre : **Les Aiguilles de Valbelle par le plateau de Siou Blanc** était notre destination. Une très belle randonnée qui nous a fait découvrir des sentiers en sous-bois et un plateau de roches calcaires. "Siou Blanc" vient du provençal et signifie littéralement "cimes blanches".
L'origine linguistique : Le mot Siou désigne une cime, un sommet ou une roche surélevée.
La géologie du paysage : Le massif est un immense plateau karstique composé de roche calcaire. Sur les hauteurs dénudées, ce calcaire blanc et érodé ressort de manière très contrastée au milieu de la végétation de la garrigue. Ce sont donc ces sommets de roche blanche visible de loin qui ont donné son nom au lieu. Nous sommes également passés par le sentier qui mène au **célèbre éléphant de pierre** qui est une curiosité géologique sculptée par l'érosion de l'eau dans le paysage karstique de ce vaste plateau de Siou Blanc.



Amicalement à toutes et à tous. Chantal

