



A.R.R.P.
BP 1216
76177 ROUEN CEDEX

07 86 45 73 77 pour la randonnée
07 50 86 74 23 pour la marche nordique
arrp.76@gmail.com
Le site : www.randonnees76-arrp.com

Programme n° 143 : 3^{ème} trimestre 2019 **(Juillet – Août - Septembre)**

Permanences :

Il n'y aura pas de permanences en juillet août.

Prochaine permanence : le mercredi 4 septembre 2019 de 17h à 18h.

Quelques dates à retenir :

- ***Le samedi 7 septembre*** : Forum des associations « À l'ASSO de Rouen ». Nous aurons besoin de bénévoles pour promouvoir notre association ce jour-là
- ***Le dimanche 29 septembre*** : « Les Virades de l'Espoir » à Pîtres
- ***Le samedi 12 octobre*** : assemblée générale à la MJC rive gauche, place de Hanovre.

Allures des randonnées :

Les Chemins du Jeudi : allure modérée, regroupements fréquents (facile)

2 pas : allure normale randonnée (4km/h)

3 pas : allure soutenue (bon marcheur)

4 pas : allure plus soutenue (très bon marcheur)

HC (hors catégorie) : randonnée spéciale : thématique, touristique, etc...

Sauf mention contraire dans le programme :

- les animaux sont interdits,
- le pique-nique est tiré des sacs sans abri,
- le départ est organisé par les participants.

En cas de covoiturage, le montant de la participation financière est laissé à l'appréciation du conducteur.

RECOMMANDATIONS AUX ANIMATEURS ET AUX MARCHEURS DE L'ARRP

Merci de prendre quelques minutes pour lire cette page présente dans chaque programme

Pour la convivialité au sein de l'ARRP, les animateurs sont invités :

- à se présenter,
- à porter une attention particulière à tout nouvel arrivant,
- à porter un gilet fluorescent (animateur de tête et serre-fil).

Les randonneurs doivent marcher en groupe homogène.

Le rythme est donné par les animateurs et les marcheurs se doivent de le respecter.

Il est rappelé que les randonneurs se doivent **de ne pas marcher DEVANT les animateurs de tête**, seuls responsables de leur itinéraire.

Il est aussi important de **respecter les consignes des animateurs**, pour des raisons évidentes de sécurité, en particulier sur des portions dangereuses ou sur des routes fréquentées.

Pour la sécurité collective du groupe sur route :

- marcher sur les trottoirs lorsqu'ils existent,
- marcher du même côté que l'animateur de tête en file indienne ou par groupes de 20 espacés de 50 m,
- faire preuve de vigilance et de prudence lors des traversées de route.

En cas d'alertes météo, orange ou rouge, les randonnées ou les séances de marche nordique sont systématiquement annulées.

En cas de fortes intempéries, il est conseillé de se renseigner auprès des animateurs (par téléphone si possible) ou de se rendre au point de rendez-vous à ROUEN afin de savoir si les animateurs maintiennent la randonnée.

Pour votre sécurité personnelle, il est recommandé :

- d'être porteur de sa licence FFRandonnée, de sa carte d'adhérent à l'ARRP **et de la fiche individuelle** (voir ci-dessous)
- de s'équiper correctement en fonction de la météo et du terrain : chaussures de marche adaptées, vêtement de pluie, boissons, casse-croûte et éventuellement bâtons, ...
- de bien lire le programme de randonnées **pour avoir conscience des difficultés** surtout si vous suivez un traitement médical,
- de posséder sa pharmacie d'urgence personnelle et une couverture de survie.

La fiche individuelle (confidentielle)

Elle reprend différents renseignements qui pourraient s'avérer utiles si, par malheur, il vous arrivait un accident au cours d'une randonnée, mais aussi au cours de votre vie quotidienne.

Vous pouvez vous procurer cette fiche en adressant une demande à l'adresse suivante : arrp.76@gmail.com

Des numéros qui sauvent ...

15 : SAMU

17 : Police

18 : Pompiers

112 : Appel depuis un portable.

Il faut toujours être capable de localiser le lieu d'un accident, d'indiquer sa nature et le nombre de blessés. Lorsqu'un appel est nécessaire, ne jamais arrêter l'échange avec l'interlocuteur mais attendre qu'il vous dise de raccrocher.

VOTRE CONSEIL D'ADMINISTRATION

Michel Nédellec : **président** en charge de la gestion administrative et des relations avec les organismes officiels.

Jean-Marie Krowicki : **vice-président** en charge de la marche nordique et du déploiement de l'utilisation des logiciels de randonnée.

Nadine Bella : **secrétaire** en charge de la collecte des randonnées auprès des animateurs et de l'élaboration du programme.

Annick Dumont : **secrétaire adjointe** en charge de la logistique, de l'organisation des manifestations.

Daniel Lefèvre : **trésorier** en charge de la gestion financière de l'association, des adhésions et des demandes de subvention avec le président.

Michèle Parchemin : **trésorière adjointe** en charge des statistiques, de la gestion et des remboursements des frais de déplacement en lien avec le trésorier, des contacts du site.

André Joly : **administrateur** en charge des baliseurs, de l'accompagnement des animateurs souhaitant organiser des séjours.

Philippe Rabany : **administrateur** en charge de la cartothèque, des formations et des animateurs.

Rémi Hondier : **administrateur** en charge du site, de la communication et de la galerie photos.

Dimanche 1^{er} septembre 2019
Autour du château

Marie-Françoise MARCASSIN
Lise TONNETOT, Jean-Claude PÉGARD
Michèle et Michel PARCHEMIN



LE CHÂTEAU DE MESNIL-GEOFFROY

Entouré d'un parc à la française de 10ha, dessiné par Collinot, élève de Le Nôtre, le domaine est célèbre pour sa roseraie privée la plus importante de Normandie avec ses 2900 rosiers et 2000 variétés différentes toutes étiquetées. Elle a été élue « Plus beau Jardin de collection » de Normandie en 2016.

Depuis 2015 : Un potager romantique fleuri regroupe des variétés de légumes anciens étiquetés et commentés.

Des volières d'oiseaux exotiques et des poules de collection enchantent une partie du jardin.

Après la randonnée de 15 kilomètres, vous aurez la possibilité de visiter le château de Mesnil-Geoffroy. **Le coût de la visite est de 8€ par personne.**

INSCRIPTION OBLIGATOIRE, pour la visite du château : bulletin d'inscription page 19 du programme

À retourner **avant le 24 août**,
accompagnée de votre règlement par chèque à l'ordre de l'A.R.R.P. à

Daniel LEFÈVRE
8, rue du Grand Feu
Appartement 215
76100 ROUEN

Possibilité de visite libre de la roseraie.

Dimanche 14 juillet 2019
« GIVERNY » On y retourne
Denys PEYRE, Michèle et Michel PARCHEMIN

UNE JOURNÉE À GIVERNY



09h30 : rendez-vous à GIVERNY. Nous nous retrouverons en haut du 1^{er} parking à gauche en arrivant dans Giverny, côté musée des Impressionnistes, rue Monet.

À partir de 10h, **visite libre** du musée (7,50€) ou de la maison et des jardins de Monet (9,50€) ou du village (gratuit). Les billets seront à acheter individuellement.

Vers 12h30 regroupement pour pique-nique en haut du 1^{er} parking.

À 13h30 départ de la randonnée : 13 kilomètres.

*Les Virades
de l'espoir*

POUR



**J'❤️
PÎTRES**

DIMANCHE 29 SEPTEMBRE 2019

Le programme

Le matin :

- Randonnée animée par André JOLY et son équipe (2 PAS)
- Marche Nordique, séance pour débutants, animée par José LEBRUN et Marie-Françoise MARCASSIN

L'après-midi :

- Randonnée animée par André JOLY et son équipe (2 PAS)
- Marche Nordique, séance pour débutants, animée par José LEBRUN et Françoise BERNAGE
- Marche Nordique, séance pour initiés, animée par Jean-Marie KROWICKI

Les kilométrages et heures de rendez-vous vous seront communiqués ultérieurement.

LA MARCHE NORDIQUE À L'A.R.R.P. : VOS LIEUX DE RENDEZ-VOUS

LES LIEUX DE RENDEZ-VOUS

ÉSIGÉLEC

Parking en face de l'avenue Galilée
505 rue Isaac Newton
Saint-Etienne-du-Rouvray

Accès :

- Terminus du métro Technopôle, puis avenue Galilée sur la gauche, parking en lisière de forêt.
- Bus 27

NOVOTEL – LYCÉE LE CORBUSIER

NOVOTEL : rue de la Mare Sansoure – Saint-Étienne-du-Rouvray
LYCÉE LE CORBUSIER : 55 rue Ettore Bugatti – Saint-Étienne-du-Rouvray (à utiliser si le parking du Novotel est complet).

Accès :

Par le F1 (Zénith / Parc Expo), puis rue de la Mare Sansoure. Parking en lisière de forêt.

PARKING VAL L'ABBÉ

1, rue du Val l'Abbé à Saint-Étienne-du-Rouvray

Accès :

- Parking en face du Parc Henri Barbusse (près de la salle de spectacle « le Rive Gauche »)
- F3 ou ligne 27 : arrêt Goubert

BOIS L'ARCHEVÊQUE

1, rue Delattre de Tassigny, en face de l'immeuble « Pléiade 1 » à Mont-Saint-Aignan.

Accès :

- Parking en face du complexe sportif et au croisement des rues du Maréchal Juin
- Ligne bus N°8, arrêt « Immeuble Université du Bois ».

FORÊT VERTE – PARKING DU GRAND CANTON

Parking du Grand Canton situé en face du restaurant Le Cottage l'Orée Verte:
2180 Chemin de la Bretèque – Bois Guillaume



PROGRAMME MARCHÉ NORDIQUE 2^{ème} TRIMESTRE 2019

Il n'y aura pas de séances de marche nordique en juillet et en août

Sauf séances imprévues qui vous seront communiquées par nos voies habituelles de communication

Date	Animation	Lieu	Type de séance
Samedi 7 septembre	Jean-Marie KROWICKI	Forêt Verte –Parking du Grand Canton	Initiés
Samedi 14 septembre	José LEBRUN	NOVOTEL	Initiés
Samedi 21 septembre	Françoise BERNAGE José LEBRUN	Val l'Abbé	Débutants Initiés
Samedi 28 septembre	Jean-Marie KROWICKI Marie-Françoise MARCASSIN	Novotel	Débutants Initiés
Dimanche 29 septembre (matin)	Françoise BERNAGE José LEBRUN Jean-Marie KROWICKI	Virades de l'Espoir à PÎTRES	Débutants
Dimanche 29 septembre (après-midi)	Françoise BERNAGE José LEBRUN	Virades de l'Espoir à PÎTRES	Débutants
Dimanche 29 septembre (après-midi)	Jean-Marie KROWICKI	Virades de l'Espoir à PÎTRES	Initiés

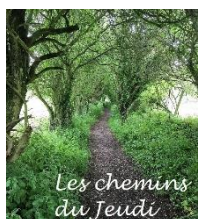
**Rappel : les séances ont lieu de 9h30 à 11h30
(sauf les séances des Virades de l'Espoir dont les horaires vous seront précisés ultérieurement)**



VOS RANDONNEES DU TRIMESTRE

N'oubliez pas de consulter régulièrement les « infos » et la rubrique « Randonnées hors programme » sur le site

www.randonnees76-arrp.com



**10
kilomètres**

Jeudi 4 juillet 2019
Les Chemins du Jeudi
Barneville-sur-Seine

Sophie SOURISSE - Daniel LEFÈVRE (06 33 54 48 05)

Rendez-vous :

13h00 à ROUEN, place du Boulingrin.

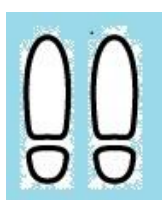
14h00 à BARNEVILLE-sur-SEINE, parking du gîte du Panorama

Accès : 35 kilomètres de Rouen

1/ Sans péage : sud III puis A13, sortie «Maison brûlée » D675 jusqu'à Bourg-Achard et au feu, à droite, direction Pont de Brotonne.

2/ Avec péage (1,60€) : sud III puis A13, sortie 25, Bourg-Achard et direction Pont de Brotonne.

Après le « Froc-Pinel », à droite D101 (attention, le panneau « Barneville » est en partie effacé !). Après le hameau de l'Ouraille, tout droit « Chemins des Côtes » vers le gîte du Panorama. Parking du gîte.



**20
kilomètres**

Dimanche 7 juillet 2019
Autour des lacs

André JOLY (06 74 58 98 72)

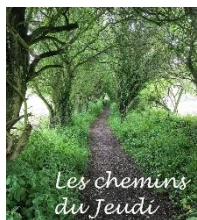
Rendez-vous :

09h10 à ROUEN, place du Boulingrin.

10h00 à LÉRY, parking de la Mairie.

Accès : 25 kilomètres de Rouen

D6015, Pont de l'Arche et D77



**11,5
kilomètres**

Jeudi 11 juillet 2019
Les Chemins du Jeudi
Bord de Seine et forêt autour de Saint-Pierre-de-Manneville

Lise TONNETOT, Jean-Claude PÉGARD

Rendez-vous :

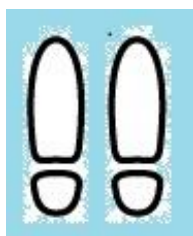
13h00 à ROUEN, place du Boulingrin
13h45 à SAINT-PIERRE-DE-MANNEVILLE, parking face à la mairie/école.

Accès : 22 kilomètres de Rouen

A150, sortie Canteleu, Montigny, Saint-Martin-de-Boscherville, D67 route de Quevillon jusqu'à Saint-Pierre-de-Manneville.

À noter !

Randonnée promenade sans difficulté particulière.



**13
kilomètres**

Dimanche 14 juillet 2019
« GIVERNY » On y retourne

Denis PEYRE
Michèle et Michel PARCHEMIN

Rendez-vous :

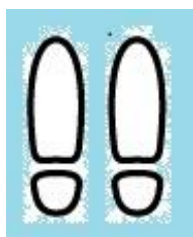
08h00 à ROUEN, place du Boulingrin.
09h30 à GIVERNY, 1^{er} parking à gauche en arrivant dans Giverny, RDV en haut du parking, côté musée des Impressionnistes, rue Monet.
13h30 départ de la randonnée, RDV en haut du parking, rue Monet, en bas du musée des Impressionnistes.

Accès : 60 kilomètres de Rouen

Vernon, par A13 avec péage ou D6015, prendre le pont sur la Seine pour passer rive droite, à droite direction Vernonnet et Giverny.

À noter !

À partir de 10h, visite libre du musée (7,50€) ou de la maison et des jardins de Monet (9,50€) ou du village (gratuit).
Vers 12h30 regroupement pour pique-nique en haut du 1^{er} parking. À 13h30 départ de la randonnée.



**13,5
kilomètres**

Jeudi 18 juillet 2019
Les écluses

Nicolle DESMARAIS – Claude ÉLIOT

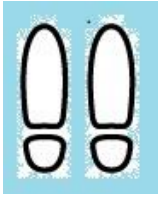
Rendez-vous :

12h45 à ROUEN, place du Boulingrin.
13h30 à PÎTRES, parking des écluses, rive droite.

Accès : 23 kilomètres de Rouen

Sortir de Rouen par la D6014, à Franqueville-Saint-Pierre direction Ymare. Suivre D95 puis D20 jusqu'à Pîtres. Au rond-point prendre D321 à gauche sur environ 600m, puis reprendre à droite en direction du Val-Pitant. Avant celui-ci, prendre à droite la Route des Ecluses.

Dimanche 21 juillet 2019
« Mince j'ai oublié mon cochonnet ! »



Pascal SERRY (06 20 54 45 23)

Rendez-vous :

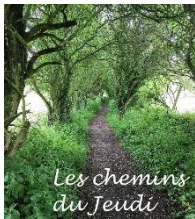
10h00 à ROUEN, place du Boulingrin.
11h00 à MONTFORT-SUR-RISLE, parking de l'office du tourisme.

18
kilomètres

Accès : 50 kilomètres de Rouen

1/ A13 sortie 26, Bourneville, Pont-Audemer, à droite D89 (3€ de péage)
2/ A13 sortie 24 Maison Brûlée, D438 Bougtheroulde, route de Boissey
D124, les Longs-Champs, Homare D130, Pont-Audemer.

Jeudi 25 juillet 2019
Les Chemins du Jeudi
Forêt et vallon



Monique RÉSILLOT- Philippe RABANY

Rendez-vous :

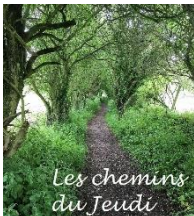
13h00 à ROUEN, place du Boulingrin.
14h00 à SAINT-SAENS, parking D154, sortie vers Belencombre.

10
kilomètres

Accès : 38 kilomètres de Rouen

A28, sortie Pucheuil, D12

Jeudi 1 août 2019
Les Chemins du Jeudi
Seine et lacs



Yves et Annie MÉLOU – Géraldine MASSON

Rendez-vous :

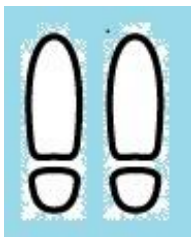
13h15 à ROUEN, place du Boulingrin.
14h00 à POSES, parking du barrage.

9
kilomètres

Accès : 25 kilomètres de Rouen

Direction Amfreville-la-Mivoie, D6015, traverser Pont-de-l'Arche, prendre
D77 direction base de loisirs de Lery, Poses.

Dimanche 4 août 2019
Eau et forêt



André JOLY (06 74 58 98 72)

Rendez-vous :

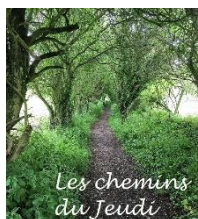
09h15 à ROUEN, place du Boulingrin.
10h00 à VASCOEUIL, parking du château.

20
kilomètres

Accès : 20 kilomètres de Rouen

N31, Martainville, Vascoeuil.

Jeudi 8 août 2019
Les Chemins du Jeudi
Saint-Germain-des-Essourts



Monique RÉSILLOT, Michel PARCHEMIN

Rendez-vous :

13h15 à ROUEN, place du Boulingrin.
14h00 à SAINT-GERMAIN-DES-ESSOURTS, parking à côté de la mairie

Accès : 23 kilomètres de Rouen

RN31 direction Gournay-en-Bray. Après Forgettes, au rond-point, à gauche direction Blainville-Crevon (D7). À Blainville-Crevon, 1^{ère} à gauche vers l'église (rue de Saint-Germain-des-Essourts), D98. Continuer sur environ 5 kilomètres, parking à gauche, après la mairie, face à l'église.

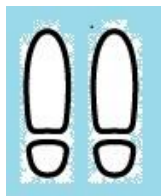
9
kilomètres

À noter !

Pas de montées importantes. Des chemins pourront être boueux en cas de pluie : ayez vos bâtons à portée de mains.

De nouveaux animateurs mettront à profit cette randonnée pour s'initier à la conduite de randonnées, conseillés par Monique et Michel.

Dimanche 11 août 2019
Manoirs des bords de Seine



Nadine BELLA (06 78 76 20 52)
Patrick DEFOILHOUX (06 21 45 53 43)

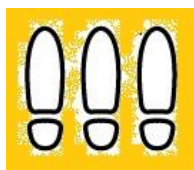
Rendez-vous :

12h00 à ROUEN, place du Boulingrin.
12h30 à SAHURS : pique-nique partagé pour ceux qui le désirent
13h30 à SAHURS, parking près du bac

12
kilomètres

Accès : 18 kilomètres de Rouen

Dimanche 11 août 2019
Le mont Sainte-Hélène



25
kilomètres

Patrick LORGERIL

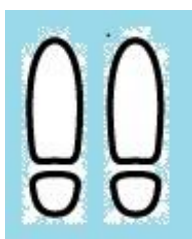
Rendez-vous :

08h45 à ROUEN, place du Boulingrin.
10h00 à NEUF-MARCHÉ, parking en face de la mairie.

Accès : 50 kilomètres de Rouen

N31, direction Gournay-en-Bray, passer La Feuillie, puis prendre la D62, direction Bézancourt, à Montroty prendre la D1 et suivre la direction Neuf-Marché.

Jeudi 15 août 2019
Bords de Risle



20
kilomètres

Nicolle DESMARAIS- Claude ELIOT

Rendez-vous :

08h50 à ROUEN, place du Boulingrin.
10h00 à MONFORT-SUR-RISLE, parking de la poste, place des Annonciades (à gauche avant la mairie).

Latitude 49.2937 Longitude 0.66449

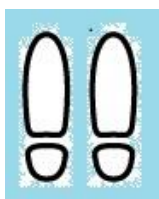
Accès : 47 kilomètres de Rouen

Sud III, puis A13, sortie Maison Brûlée direction Bourgheroulde. Suivre la D438 et prendre à droite D124, direction Boisse-le-Châtel, Montfort.

À noter !

A la fin de la randonnée, possibilité de visiter le « site archéologique ». Libre à chacun.

Dimanche 18 août 2019
Un après-midi, les monts de Sigy



22
kilomètres

Annie LEPAREUR-Jeanne THÉRAIN (06 25 93 03 06)

Rendez-vous :

10h00 à ROUEN, place du Boulingrin.
11h00 à ARGUEIL, parking de l'église.

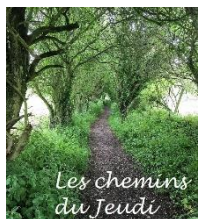
Accès : 43 kilomètres de Rouen

A28 sortie 12 vers Buchy D919 – entre Buchy et Forges prendre la D1 à droite puis la D921 à droite.

À noter !

Pique-nique sur les grands monts. Dénivelés.

Jeudi 22 août 2019
Les Chemins du Jeudi
La Haye



Sophie SOURISSE – Daniel LEFÈVRE (06 33 54 48 05)

10
Kilomètres

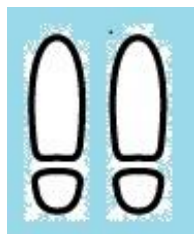
Rendez-vous :

13h15 à ROUEN, place du Boulingrin.
14h00 à LA HAYE, parking de l'église.

Accès : 30 kilomètres de Rouen

Sortir de Rouen par N31 Darnétal, Martainville-Epreville, Croisy-sur-Andelle. En arrivant à la Haye, prendre tout de suite la première rue à droite : rue de l'église.

Dimanche 25 août 2019
Les Pisseuses



22
kilomètres

Pascal SERRY (06 20 54 45 23)

Rendez-vous :

08h30 à ROUEN, place du Boulingrin.
10h00 à VILLAINVILLE, parking école – mairie.

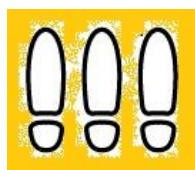
Accès : 80 kilomètres de Rouen

A15 Barentin-Yvetot-Bolbec-Goderville.

À noter :

Dénivelé : valleuse du Tilleul

Dimanche 25 août 2019
Les Hauts de Bray



26
kilomètres

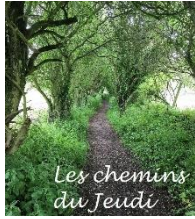
Patrick LORGERIL

Rendez-vous :

08h45 à ROUEN, place du Boulingrin.
10h00 à CROIXDALLE, parking de la Mairie.

Accès : 62 kilomètres de Rouen

A28 direction Neufchâtel-en-Bray, prendre la sortie 9 et D928. Dans Neufchâtel prendre la D1314 en direction de Londinières. Avant Londinières prendre la D117 et D56.



12
kilomètres

Jeudi 29 août 2019
Les Chemins du Jeudi
Promenade à Saint-Martin-du-Vivier

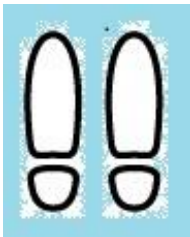
Jeanne-Françoise NANAMME (06 20 10 93 77)
Denise KÉBLI

Rendez-vous :

13h00 à ROUEN, place du Boulingrin.
13h30 à DARNETAL, parking du LIDL.

Accès : 5 kilomètres de Rouen

Possibilité de prendre le T2 ou T3, arrêt « les 2 rivières ».



15
kilomètres

Dimanche 1 septembre 2019
Autour du château

Marie-Françoise MARCASSIN (06 63 65 91 77)
Lise TONNETOT, Jean-Claude PÉGARD
Michèle et Michel PARCHEMIN

Rendez-vous :

08h30 à ROUEN, place du Boulingrin.
09h45 à MESNIL-GEOFFROY, parking du château.

Accès : 60 kilomètres de Rouen

Barentin, Pavilly, Yerville, Fontaine-le-Dun, à gauche D70 direction Houdetot-Ermenouville. Parking du château sur la droite.

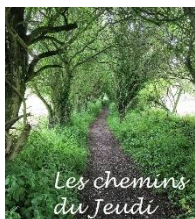
À noter !

Visite du château à 15h30.

Inscription obligatoire : 8€ par personne (**voir page 4 du programme**)

Bulletin d'inscription page 20

Possibilité de visite libre de la roseraie.



10
kilomètres

Jeudi 5 septembre 2019
Les Chemins du Jeudi
Autour du Mesnil-sous-Jumièges

Lise TONNETOT-Jean-Claude PÉGARD (06 87 14 37 91)

Rendez-vous :

13h15 à ROUEN, place du Boulingrin.
14h15 au MESNIL-SOUS-JUMIEGES, parking de l'école, route du manoir.

Accès : 30 kilomètres de Rouen

A150, sortie 2 vers La Vaupalière/Duclair. D43, puis D982. A la sortie de Duclair, prendre sur la gauche la route des fruits (D65) jusqu'au Mesnil-sous-Jumièges.

À noter !

Peu de dénivelés, sans difficulté particulière.

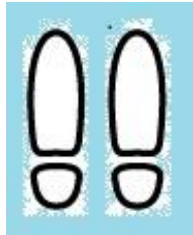


Initiés

Samedi 7 septembre 2019
Marche nordique

Jean-Marie KROWICKI

Lieu de rendez-vous :
9h30 Grand Canton



20
kilomètres

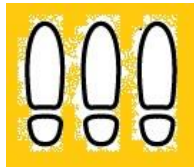
Dimanche 8 septembre 2019
Voir Cormeilles et souffrir avec plaisir

Jacqueline KOSTUCH
Pierre-Louis BONNARD (06 07 79 54 77)

Rendez-vous :
08h30 à ROUEN, place du Boulingrin.
10h00 à CORMEILLES (27260), parking rue Raymond Legendre

Accès : 71 kilomètres de Rouen
Rouen, direction Bourgtheroulde, Boissey-le Châtel, Pont-Authou, Saint-Georges-du Vièvre, Lieurey, Cormeilles.

À noter !
Parcours avec de nombreux dénivelés. Bâtons fortement conseillés.



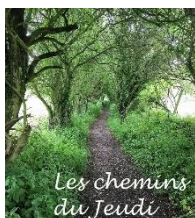
28
kilomètres

Dimanche 8 septembre 2019
Isaac Newton

Pascal SERRY (06 20 54 45 23)

Rendez-vous :
09h15 précise à ROUEN, quai de la Bourse, en face de la façade du Théâtre des Arts, terminus ligne F5, avec un titre de transport.

À noter !
Il est facile de stationner à proximité.



10
kilomètres

Jeudi 12 septembre 2019
Les Chemins du Jeudi
Bois d'Ennebourg

Sophie SOURISSE- Daniel LEFÈVRE (06 33 54 48 05)

Rendez-vous :
13h15 à ROUEN, place du Boulingrin.
14h00 à BOIS D'ENNEBOURG, parking près de la mairie.

Accès : 15 kilomètres de Rouen
Sortir de Rouen par N31 Darnétal, puis D43 Saint-Jacques-sur-Darnétal.
A droite, Bois d'Ennebourg

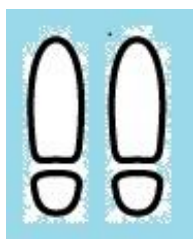


Samedi 14 septembre 2019
Marche nordique

José LEBRUN

Lieu de rendez-vous :
9H30 Novotel

Initiés



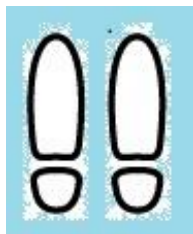
18
kilomètres

Dimanche 15 septembre 2019
La vallée boisée d'Yport

Patrick DEFOILHOUX (06 21 45 53 43)
Nadine BELLA (06 78 76 20 52)

Rendez-vous :
09h00 à ROUEN, place du Boulingrin.
10h30 à YPORT, parking de la plage.

Accès : 80 kilomètres de Rouen
A15 Yvetot, Fauville-en-Caux, Ypreville-Biville, Yport



14,5
kilomètres

Jeudi 19 septembre 2019
L'Andelle

Claude ÉLIOT-Nicolle DESMARAIS

Rendez-vous :
12h45 à ROUEN, place du Boulingrin.
13h30 à CROISY-SUR-ANDELLE, parking de l'église.

Accès : 25 kilomètres de Rouen
Direction Darnétal par la voie rapide. Suivre N31 direction Martainville
Vascœuil et Croisy-sur-Andelle à gauche au rond-point.



Débutants
Initiés

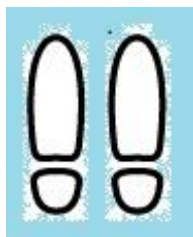
Samedi 21 septembre 2019
Marche nordique

José LEBRUN- Françoise BERNAGE

Lieu de rendez-vous :
9h30 Val l'abbé

Dimanche 22 septembre 2019

Attention aux radiations



**16
kilomètres**

Pascal SERRY (06 20 54 45 23)

Rendez-vous :

08h45 à ROUEN, place du Boulingrin.

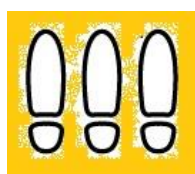
10h00 à CANY-BARVILLE, parking de l'hôtel de ville.

Accès : 60 kilomètres de Rouen

A15 Barentin, Sainte-Marie-des-Champs, Fauville, Ourville, Cany

Dimanche 22 septembre 2019

Les trois mares



**26,5km
Kilomètres**

Gérard CONSEIL (06 78 80 74 97)

Rendez-vous :

09h45 à ROUEN, place du Boulingrin.

08h45 à AMFREVILLE-SUR-ITON

N 49°08.823' - E 1°08.891

Accès : 41 kilomètres de Rouen

A13, direction Paris sortie 20, direction Pont-de-l'Arche puis D6015 et A154 direction Evreux et D71 direction Acquigny et à droite direction Amfreville-sur-Iton.

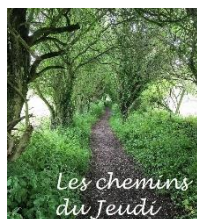
À noter !

Dénivelés 530m

Jeudi 26 septembre 2019

Les Chemins du Jeudi

La forêt reste, mais la campagne est grignotée !



**10
kilomètres**

Annick DUMONT (06 52 87 50 45) - Philippe RABANY

Rendez-vous :

13h00 à ROUEN, place du Boulingrin.

13h30 à BOIS-GUILLAUME, cimetière des Terres Rouges, rue de la Haye.

Accès : 8 kilomètres de Rouen

Route de Neufchâtel, à gauche à la mairie, première à droite, tout droit

Samedi 28 septembre 2019

Marche nordique



**Débutants
Initiés**

Jean-Marie KROWICKI, Marie-Françoise MARCASSIN

Lieu de rendez-vous :

9h30 Novotel

Dimanche 29 septembre 2019
Les Virades de l'Espoir
PÎTRES



Voir le programme page 5.



SAMEDI 12 OCTOBRE 2019 ASSEMBLÉE GÉNÉRALE

Notre assemblée générale annuelle se tiendra cette année à la **Maison des Jeunes, Rive Gauche, place des Faïenciers à ROUEN**, le samedi 12 octobre 2019 à 18h (enregistrements, émargements à partir de 17h30).

Appel à candidatures

Le Conseil d'administration de l'ARRP doit se composer de 9 membres afin de fonctionner correctement et selon les statuts. Il est renouvelable par tiers tous les ans. 3 sièges sont à pourvoir pour un mandat de trois ans.

Toutes les candidatures sont les bienvenues. Elles devront être envoyées par courrier avant le 30 septembre 2019 à l'adresse courrier :

- ARRP – BP 1216 - 76177 Rouen cedex 1
- ou par mail à arrp.76@gmail.com

Date limite de dépôt des candidatures : le 30 septembre 2019

Sont sortants cette année : Nadine BELLA, Michèle PARCHEMIN et Michel NÉDELLEC

Nadine BELLA et Michèle PARCHEMIN ont manifesté le désir de ne pas se représenter. Nous avons donc besoin de vos candidatures pour que votre Conseil d'Administration puisse travailler dans de bonnes conditions.

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE
BULLETIN D'INSCRIPTION au buffet froid

L'assemblée générale sera suivie, pour ceux qui le désirent, d'un buffet froid pour nous permettre de partager ensemble un bon moment de convivialité.

Une participation de 15€ par personne vous est demandée pour cette réunion amicale.

Merci de nous retourner ce bulletin d'inscription, au plus tard pour **le 30 septembre 2019**, accompagné d'un chèque à l'ordre de l'A.R.R.P. (qui ne sera encaissé que le 15 octobre) à :

Daniel LEFEVRE – 8 rue du Grand Feu (apt 215) – 76100 ROUEN

NOM	
PRÉNOM	
Adresse mail (ou adresse postale)	
Numéro d'adhérent à l'A.R.R.P.	

VISITE DU CHÂTEAU DE MESNIL-GEOFFROY
BULLETIN D'INSCRIPTION

Merci de nous retourner ce bulletin d'inscription, au plus tard pour **le 24 août 2019**, accompagné d'un chèque de 8€ à l'ordre de l'A.R.R.P. à :

Daniel LEFEVRE – 8 rue du Grand Feu (apt 215) – 76100 ROUEN

NOM	
PRÉNOM	
Adresse mail (ou adresse postale)	
Numéro d'adhérent à l'A.R.R.P.	