



**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](http://www.randonnees76-arrp.com)**

## **Programme n° 146 : 2<sup>ème</sup> trimestre 2020 (Avril-Mai-Juin)**

**Permanences** (Maison Saint - Sever : 10 rue Saint-Julien – Rouen):

**Pas de permanences en avril et mai**

Le mercredi 3 juin 2020 de 17h à 18h

### **Allures des randonnées :**

	<b><u>Indice IBP (FFR)</u></b>
<b><u>Les Chemins du Jeudi</u></b> : allure modérée, regroupements fréquents, distance inférieure à 10 kilomètres	<b><u>0-24</u></b>
<b><u>2 PAS</u></b> : allure normale de randonnée (4km/h), quelques dénivelés	<b><u>25/50</u></b> <b><u>51/60</u></b>
<b><u>3 PAS</u></b> : allure soutenue, bon marcheur (de 4 à 5 km/h), distances et dénivelés	<b><u>61/75</u></b>
<b><u>4 PAS</u></b> : allure plus soutenue, très bon marcheur (plus de 5 km/h), distances et difficultés	<b><u>76/100</u></b> <b><u>&gt;101</u></b>

### **Qu'est-ce que l'indice IBP ?**

La FF Randonnée et son partenaire IBP Index ont mis au point un système de cotation des randonnées pédestres. Le système de cotation fédéral repose sur trois critères :

1. L'effort (système de calcul IBP index/ FF Randonnée)
2. La technicité (présence ou non d'obstacles plus ou moins importants)
3. Le risque (gravité plus ou moins importante des accidents corporels en cas de chutes ou glissades)

La conjugaison de ces 3 critères permet d'exprimer la réelle difficulté de chaque rando.

### **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 :

- A se présenter.
- A porter une attention particulière à tout nouvel arrivant.
- A 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 FF Randonnée, 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.

### **L'animateur ainsi que les randonneurs doivent posséder une trousse de secours premiers soins.**

Les randonneurs choisissent avec soin leur équipement (sac, chaussures, vêtements, bâtons etc...) mais il en est un qui est trop souvent absent du sac à dos : **la trousse de secours.**

Attention : l'animateur ne doit jamais donner de médicaments

**Contrôlez les dates de validité inscrites sur l'emballage au moins 2 fois par an.  
Reporter à la pharmacie les produits périmés.**



## **VOTRE CONSEIL D'ADMINISTRATION**

Président	Michel NEDELLEC
Vice-président	Jean-Marie KROWICKI
Secrétaire	Michèle PERROT
Trésorier	Daniel LEFEVRE

Président, Michel NEDELLEC :

Assure la liaison avec les instances fédérales et les instances municipales ou départementales. Il a aussi la charge des convocations et de l'animation des différentes réunions de l'association.

Vice-président, Jean-Marie KROWICKI :

En charge de la marche nordique, du déploiement et de l'utilisation des logiciels de randonnée.

Secrétaire, Michèle PERROT :

En charge des procès-verbaux des conseils d'administration, des statistiques et de la gestion des adhésions.

Trésorier, Daniel LEFEVRE : En charge de la comptabilité.

Secrétaire adjoint, Marc NECTAR : En charge de la boîte mail.

Administrateur : André JOLY, commission programme, en charge de réalisation du calendrier, de la rédaction du programme, des baliseurs.

Administrateur : Annick DUMONT, en charge des fêtes et manifestations, réservation de salles, intendance

Administrateur : Rémi HONDIER, en charge du site internet et de la communication.

Administrateur : Philippe RABANY, en charge de la cartothèque.

Le comité de relecture est composé de Michel NEDELLEC, André JOLY, Philippe RABANY et Annick DUMONT



# Château Fort de Rambures

**Le lundi 1<sup>er</sup> juin 2020**  
**Michel et Michèle Parchemin**  
**nous proposent une journée à Rambures.**

Au programme :

8h00 : rendez-vous place du Boulingrin

9h30 : visite guidée du château, suivie d'une promenade libre dans la roseraie et le parc du château

12h30 : pique-nique près du château

13h30 : départ de la randonnée, en 2 PAS de 12/13 kilomètres

À noter : si vous le désirez, après la randonnée, vous pourrez retourner vous promener dans le parc et la roseraie.

Pour la visite : **INSCRIPTION OBLIGATOIRE**

Inscription **sur papier libre**, à faire parvenir, accompagnée d'un chèque de 10€ (qui sera déposé le 2 juin) à

Daniel LEFEVRE  
8 rue du Grand Feu  
Appartement 215  
76100 ROUEN

**Groupe limité à 25 personnes**







**Du vendredi 25 au dimanche 27 septembre  
Michèle et Michel PARCHEMIN  
Nous proposent un séjour à MADRÉ (Mayenne)**

Le coût de ce séjour est de **147€ par personne** + éventuellement, supplément chambre individuelle de 37€.

Le prix comprend :

- L'hébergement avec petit déjeuner (chambre 2 personnes – supplément de 37€ pour chambre individuelle)
- Le repas du vendredi midi
- Les pique-niques du samedi midi et du dimanche midi
- Les repas du vendredi soir et du samedi soir
- Les boissons aux repas

Il ne comprend pas :

- Les déplacements aller / retour à organiser en covoiturage par les participants : environ 400 kilomètres A/R
- Les péages : environ 40€
- Les déplacements sur place pour rejoindre les lieux de randonnées
- Les dépenses personnelles

**Nombre de places limité à 30 participants.**

Inscription à faire parvenir **avant le 30 avril** accompagnée du règlement à l'ordre de l'ARRP à

Daniel LEFEVRE  
8 Rue du Grand Feu  
Appartement 215  
76100 ROUEN

Les chèques seront encaissés entre le 21 et le 25 septembre 2020

Inscriptions closes dès le nombre de 30 participants atteints



### Le programme du séjour

#### **Vendredi 25 septembre :**

Arrivée en matinée (9h30) café, pâtisseries, prise de possession des chambres

10h 30 : Randonnée sur la boucle madréenne

14h 15 : départ pour Chattemoue. Randonnée de la Corniche de Pail (ardoisières, chemin de crête, Villepail et la réserve Les Egoutelles)

#### **Samedi 26 septembre :**

Matin : départ en voitures pour Domfront via la tour de Bonvouloir. Randonnée dans et autour de Domfront avec commentaires sur la cité médiévale (Château, Donjon, ND sous l'Eau....)

Pique-nique à Domfront fourni par le Grand Chemin et amené par l'intendance (refuge possible si intempéries)

Après-midi : randonnée du Montt Margantin (avec le manoir de la Fosse à Avrilly)

#### **Dimanche 27 septembre :**

Matin : départ en voitures pour le parking de Cossé. Randonnée sur le GR 22 vers la chapelle St Antoine puis cheminement sur les bords de la Gourbe (Chaude Fontaine, tourbière, grotte de la fée Gisèle...)

Pique-nique à Villiers

Après-midi : découverte de la station de Bagnoles de l'Orne : St Ortaire, lac, quartier Belle Epoque, parc des Thermes, Parc du Château, Roc au Chien ...

17h : retour au Grand Chemin pour une dernière bolée et libération des chambres.

Fin du programme

**Les randonnées sont en 2 PAS, une le matin et une l'après-midi, pour un total de 15 à 20 kilomètres par jour.**

Possibilité vous sera donnée de ne faire, si vous le souhaitez, qu'une des deux randonnées journalières.

**Programme donné à titre indicatif, pouvant être modifié en cas d'imprévu.**

## 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 SANSSOURE – Saint-Étienne-du-Rouvray  
LYCÉE LE CORBUSIER : 55 rue ETTORE BUGGATI– 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 SANSSOURE. 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 face au restaurant Le Cottage l'OREE VERTE :  
2180 Chemin de la BRETEQUE – Bois Guillaume



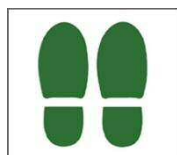


## CALENDRIER DE LA MARCHE NOR- DIQUE 2<sup>EME</sup> trimestre 2020

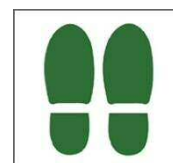


Date	Animateurs	Lieu	Type de séance
Samedi 4 avril	Jean-Marie KROWICKI	GRAND CANTON	Initiés
Samedi 11 avril	Jean-Marie KROWICKI	BOIS L'ARCHEVEQUE	Débutants Initiés
Samedi 18 avril	Françoise BERNAGE	Val l'Abbé	Initiés
Samedi 25 avril	Marie-Françoise MARCASSIN	ECIGELEC	Initiés
Samedi 2 mai	José LEBRUN	NOVOTEL	Initiés
Samedi 9 mai	Marie-Françoise MARCASSIN Jean-Marie KROWICKI	NOVOTEL	Initiés Débutants
Samedi 16 mai	José LEBRUN	VAL L'Abbé	Initiés
Samedi 23 mai	Marie-Françoise MARCASSIN	ECIGELEC	Initiés
Samedi 30 mai	Jean-Marie KROWICKI	GRAND CANTON	Initiés
Samedi 6 juin	Françoise BERNAGE	VAL L'Abbé	Initiés
Samedi 13 juin	José LEBRUN Jean-Marie KROWICKI	NOVOTEL	Initiés Débutants
Samedi 20 juin	Jean-Marie KROWICKI	BOIS L'ARCHEVEQUE	Initiés
Samedi 27 juin	José LEBRUN	GRAND CANTON	Initiés





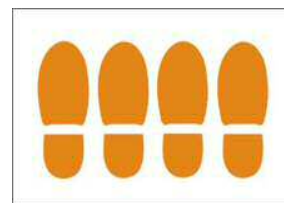
## CALENDRIER DES RANDONNÉES EN DEUX PAS 2<sup>EME</sup> trimestre 2020



Date	Animateurs	Lieu	KM
Samedi 4 avril	Claude ELIOT Denise KEBLI Jeanne-Françoise NANAME	ROUEN	14
Dimanche 5 avril	Denis BESNARD	PETIT-ANDELYS	16
Mardi 7 avril	Nicolle DESMARAIS Evelyne CLATOT	OISSEL	14
Dimanche 12 avril	Michel PARCHEMIN	STE-AUSTREBERTHE	13
Lundi 13 avril	André JOLY Dominique DESCHUYTENER	BULLY	21,5
Jeudi 16 avril	Nicolle DESMARAIS Evelyne CLATOT	LA SAUSSAYE	14
Dimanche 19 avril	Michel PARCHEMIN	LA VALLEE	12
Dimanche 26 avril	Nadine BELLA	FONTAINE LE DUN	20
Vendredi 1 mai	Michèle PERROT Michel NEDELLEC	RY	18
Dimanche 3 mai	Michèle et J P BOUVATIER An- dré JOLY	HERICOURT EN CAUX	21
Vendredi 8 mai	Denis PEYRE	ACQUIGNY	21
Dimanche 10 mai	Jeanne THERAIN Annie LEPAREUR Marie-Pierre LOCHEREAU	HEUDEBOUVILLE	22
Samedi 16 mai	Claude ELIOT Denise KEBLI Jeanne-Françoise NANAME	LA FEUILLIE	13,5
Dimanche 17 mai	Remi HONDIER Colette BRUNOT	LA SAUSSAYE	18
Jeudi 21 mai	Nicolle DESMARAIS Evelyne CLATOT	JUMIEGES	20
Dimanche 24 mai	Lise TONNETOT Jean-Claude PEGARD	VEULES LES ROSES	18
Dimanche 31 mai	André JOLY	LERY	22
Lundi 1 juin	Michel PARCHEMIN	RAMBURES	13
Dimanche 7 juin	Christian PALIER Nelly GREAUME	YVETOT	18
Dimanche 14 juin			
Jeudi 18 juin	Nicolle DESMARAIS Eveline CLATOT	PITRES	13,5
Dimanche 21 juin	Michel NEDELLEC	POURVILLE SUR MER	20
Dimanche 28 juin	Christine GESLIN Brigitte DUHAMEL	DERCHIGNY PETIT- CAUX	20



**CALENDRIER DES RANDONNÉES  
EN TROIS PAS ET QUATRE PAS  
2<sup>EME</sup> trimestre 2020**



Date	Animateurs	Lieu	Catégorie/km
Dimanche 5 avril	Patrick LORGERIL	TORCY-LE-PETIT	3/25
Dimanche 12 avril	J-Marie KROWICKI	LA CROIX-SAINT-LEUFROY	4/28
Lundi 13 avril			
Dimanche 19 avril	Gérard CONSEIL	Dieppe le Pollet	3/28
Dimanche 26 avril	Patrick LORGERIL	BROSVILLE	3/28
Vendredi 1 mai			
Dimanche 3 mai			
Vendredi 8 mai			
Dimanche 10 mai			
Dimanche 17 mai	Gérard CONSEIL	Songeons	3/26
Jeudi 21 mai			
Dimanche 24 mai			
Dimanche 31 mai			
Lundi 1 juin	Gérard CONSEIL	Honfleur	3/26
Dimanche 7 juin			
Dimanche 14 juin			
Dimanche 21 juin			
Dimanche 28 juin			



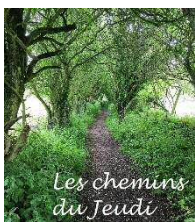
## CALENDRIER DES CHEMINS DU JEUDI 2<sup>EME</sup> trimestre 2020



Date	Animateurs	Lieu	km
Jeudi 2 avril	Daniel LEFEVRE Sophie SOURISSE	LA MARE SOUS VENABLE	10
Jeudi 9 avril	Denis PEYRE	PONT DE L'ARCHE	9.5
Jeudi 23 avril			
Jeudi 30 avril	Lise TONNETOT Jean-Claude PEGARD	QUINCAMPOIX	10
Jeudi 7 mai	Denise KEBLI Jeanne Françoise NANAME	CANTELEU	10
Jeudi 14 mai	Denis PEYRE	ST GEORGES SUR FON- TAINE	9.5
Jeudi 28 mai	Daniel LEFEVRE Sophie SOURISSE	LE MESNIL SOUS JU- MIEGES	9
Jeudi 4 juin	Annie et Yves MELOU	VAL DE REUIL	9
Jeudi 11 juin	Michel PARCHEMIN	PETIR-COURONNE	9,6
Jeudi 25 juin	Daniel LEFEVRE Sophie SOURISSE	LA HAYE DE ROUTOT	10

**SANS OUBLIER LES « RANDONNÉES HORS PROGRAMME »,**

**Rubrique à consulter régulièrement**



**10  
Kilomètres**

**Jeudi 2 avril**  
**Les chemins du jeudi**  
**La Mare-sous-Venables**  
**Daniel LEFEVRE 06 33 54 48 05 - Sophie SOURISSE**

**Rendez-vous :**

13h00 : à ROUEN, place du Boulingrin  
14h15 : à LA MARE SOUS VENABLES, parking place du Marquis

**Accès : 50** kilomètres de Rouen

D 6015, PONT DE L'ARCHE, HEUDEBOUVILLE à gauche VENABLE (D 135) à gauche D 65 direction LA MARE SOUS VENABLES rue de la gare



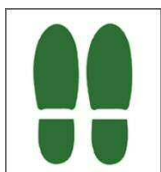
**Initiés**

**Samedi 4 avril**  
**Marche nordique**

**Jean-Marie KROWICKI**

**Rendez-vous :**

9h30 : Grand Canton



**14  
Kilomètres**

**Samedi 4 avril 2020**  
**Entre deux rivières**  
**Jeanne-Françoise NAMAME- Denise KEBLI- Claude ELIOT**

**Rendez-vous :**

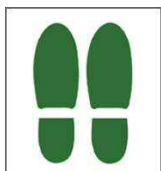
13h00 : à ROUEN, place du Boulingrin  
13h30 : ROUEN parking LIDL route de DARNETAL

**Accès : 2** kilomètres de Rouen

Place Saint-Hilaire, route de Darnétal, parking magasin LIDL  
TEOR T 2 T3 arrêt les deux rivières

**A NOTER**

Dénivelés



**16  
Kilomètres**

**Dimanche 5 avril 2020**  
**Sur les traces de Richard Cœur de Lion**  
**Denis BESNARD 06 81 78 81 55**

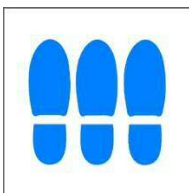
**Rendez-vous :**

9 h30 : à ROUEN, place du Boulingrin  
10h30 : Le PETIT-ANDELYS, parking place Saint Sauveur

**Accès : 45** kilomètres de Rouen

D 6014, FLEURY-SUR-ANDELLE, ECOUIS, à droite D 2 Les ANDELYS,  
PETIT-ANDELYS





**25  
Kilomètres**

**Dimanche 5 avril 2020**

**La Varenne**

**Patrick LORGERIL 07 51 66 15 78**

09h 00 : à ROUEN, place du Boulingrin

10h00 : à TORCY-LE-PETIT parking mairie

**Accès 58** kilomètres de Rouen

A 150, A 151, N 27 sortie LONGUEVILLE SUR SCIE, D 149 direction Sainte-Foy et Torcy-le-grand



**14  
Kilomètres**

**Mardi 7 avril 2020**

**Au fil de l'eau**

**Nicolle DESMARAIS - Evelyne CLATOT**

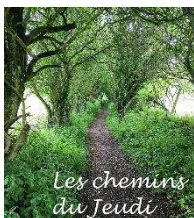
**Rendez-vous :**

13 h 00 : à ROUEN, place du Boulingrin

13 h 30 : OISSEL parking gare et bords de seine

**Accès : 15** kilomètres de Rouen

Boulevard industriel D 18 E au rond-point des vaches prendre à gauche. Au 2<sup>eme</sup> rond-point prendre à gauche centre-ville, gare à gauche



**9,5  
Kilomètres**

**Jeudi 9 avril 2020**

**Les chemins du jeudi**

**Forêt Bord de l'Eure**

**Denis PEYRE 06 89 28 74 21-Evelyne CLATOT**

**Rendez-vous :**

12h45 : à ROUEN, place du Boulingrin

13h30 : à PONT DE L'ARCHE, parking bord de l'Eure

**Accès : 15** kilomètres de Rouen

D 6015, après le pont prendre à gauche, parking sous le pont



**Débutants  
Initiés**

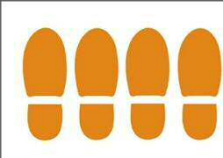
**Samedi 11 avril 2020**


**Marche nordique**


**Jean-Marie KROWICKI**


**Rendez-vous :**

9h30 : Bois l'Archevêque

 <p><b>28 Kilomètres</b></p> <p>IPB 79</p>	<p><b>Dimanche 12 avril 2020</b>  <b>La Croix-Saint-Leufroy</b>  <b>Jean-Marie KROWICKI</b></p> <p><b>Rendez-vous :</b>  09 h 00 : à ROUEN, place du Boulingrin  10 h 15 : à LA CROIX-SAINT-LEUFROY (27490), parking place de l'église</p> <p><b>Accès : 45</b> kilomètres de Rouen  A 13 direction Paris, sortie 20 vers Pont de l'Arche, Vernon, D 321, D 6015 vers Evreux. A 154 vers Evreux puis sortie n° 4 Acquigny, D 836, traverser Fontaine-Heudebourg  N 49,110062 E 1, 239182</p>
---	--

 <p><b>13 Kilomètres</b></p>	<p><b>DIMANCHE 12 avril 2020</b>  <b>Sainte-Austreberthe</b>  <b>Michel et Michele PARCHEMIN Marc NECTAR 06 33 85 63 87</b></p> <p><b>Rendez-vous :</b>  12 h30 : à ROUEN, place du Boulingrin  13 h30 : à SAINTE-AUSTREBERTHE, parking église, rue joseph Roy</p> <p><b>Accès : 25</b> kilomètres de Rouen  A 150, D 6015 Barentin, Pavilly, D 142 route de Limésy, D 22 Sainte- Austreberthe</p>
---	--

 <p><b>22 Kilomètres</b></p>	<p><b>Lundi 13 avril 2020</b>  <b>Le puits merveilleux</b>  <b>entre ail des ours et le chemin du mont blanc</b>  <b>André JOLY 06 74 58 98 72</b>  <b>Dominique DE SCHUYTENER</b></p> <p><b>Rendez-vous :</b>  09 h00 : à ROUEN, place du Boulingrin  10 h00 : à BULLY parking rue des écoles, à droite en arrivant à BULLY</p> <p><b>Accès : 50</b> kilomètres de Rouen  A 28, sortie 10 les hayons, route de Dieppe, à droite route de la forêt sur 2,5 km puis BULLY</p>
---	--

 <p><b>14 Kilomètres</b></p>	<p><b>Jeudi 16 avril 2020</b>  <b>L'oison vers les Pâtures</b>  <b>Nicolle DESMARAIS - Evelyne CLATOT</b></p> <p><b>Rendez-vous :</b>  12 h 30 : à ROUEN, place du Boulingrin  13 h 30 : LA SAUSSAYE parking mairie et collégiale</p> <p><b>Accès : 29</b> kilomètres de Rouen  Sud 3 vers A 13- ELBEUF D 840- au rond-point la SAUSSAYE  Prendre à gauche jusqu'à D 26</p>
---	---



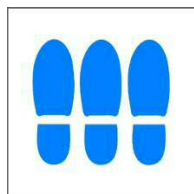
**Initiés**

**Samedi 18 avril 2020**

**Marche nordique**

**Françoise BERNAGE**

**Rendez-vous :**  
9h30 : Val L'Abbé



**26  
Kilomètres**

**Dimanche 19 avril 2020**  
**Le camp de César**

**Gérard CONSEIL 06 78 30 74 97**

**Rendez-vous :**

08 h 30 : à ROUEN, place du Boulingrin  
10 h 00 : à DIEPPE le Pollet, parking Guillaume Terrien, rue Guillaume Terrien

**Accès : 70** kilomètres de Rouen

A 150, A 151 DIEPPE

N 49°55577 E 1°04948



**12  
Kilomètres**

**Dimanche 19 avril 2020**  
**Terres de Bord**

**Michel et Michèle PARCHEMIN Marc NECTAR 06 33 85 63 87**

12h 30 : à ROUEN, place du Boulingrin  
13h 30 : à LA VALLEE (27400), parking à gauche à la sortie du village vers SAINT-PIERRE-LES-ELBEUF, route de Martot, près de la maison forestière de la sente aux moines

**Accès : 30** kilomètres de Rouen

D 6015, Pont de l'Arche, D 321, D79 vers Tostes. Après Tostes au calvaire (terres de bord) à droite D313. Traverser LA VALLEE (rue grande) puis à droite vers la forêt

N 49,2535° E 1,0819°

**A NOTER**

Le terrain pourrait être gras -- dénivelés 178 m  
Possibilité de pique-nique avant le départ de la rando



**Initiés**

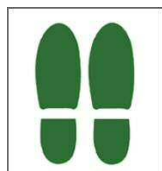
**Samedi 25 avril 2020**

**Marche nordique**

**Marie-Françoise MARCASSIN**

**Rendez-vous :**

9h30 : Esigelec



**20  
Kilomètres**

**Dimanche 26 avril 2020**

**Le chemin des brouettes**

**Nadine BELLA 06 78 76 20 52**

**Denise KEBLI - Jeanne-Françoise NANAME**

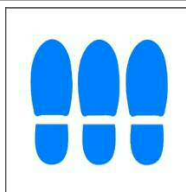
**Rendez-vous :**

09 h15 : à ROUEN, place du Boulingrin

10h15 : FONTAINE le DUN, parking derrière la halle

**Accès : 50** kilomètres de Rouen

A150, PAVILLY, LIMESY, ST LAURENT et FONTAINE LE DUN



**28  
Kilomètres**

**Dimanche 26 avril 2020**

**En vallée d'Eure et d'Iton**

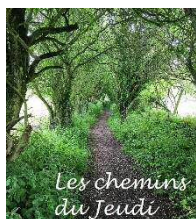
**Patrick LORGERIL 07 51 66 15 78**

8h 45 : à ROUEN, place du Boulingrin

10h00 : à BROSVILLE, parking de la mairie

**Accès : 48** kilomètres de Rouen

A 13 Direction PARIS, sortie 20 direction PONT DE L'ARCHE et A 154 Direction EVREUX, après ACQUIGNY prendre la sortie AMFREVILLE SUR ITON direction HONDOUVILLE, HOUETTEVILLE



**10  
Kilomètres**

**Jeudi 30 avril 2020**

**Les chemins du jeudi**

**Boucle de Quincampoix**

**Lise TONNETOT 06 87 14 37 91- J C PEGARD 06 48 71 98 02**

**Rendez-vous :**

13h00 : à ROUEN, place du Boulingrin

13h30 : à QUINCAMPOIX, place de la mairie

**Accès : 15** kilomètres de Rouen

Bois-Guillaume, Isneauville, Quincampoix



**20  
Kilomètres**

**Vendredi 1 mai 2020**  
**LE MARAIS DE MORVILLE**  
**Michèle PERROT 06 37 66 33 52**  
**Michel NEDELEC 07 86 45 73 77**

**Rendez-vous :**

09 h 45 : à ROUEN, place du Boulingrin  
10 h 30 : à RY parking de la poste

**Accès : 25** kilomètres de Rouen  
N 31 MARTAINVILLE, au rond-point à gauche RY



**Initiés**

**Samedi 2 mai 2020**  
**Marche nordique**

**José LEBRUN**

**Rendez-vous :**  
9h30 : Novotel



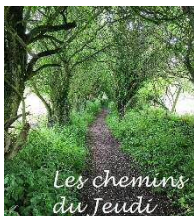
**21  
Kilomètres**

**Dimanche 3 mai 2020**  
**Chênes de st Hubert**  
**Jean-Pierre et Michèle BOUVATIER**  
**André JOLY 06 74 58 98 72**

**Rendez-vous :**

09 h00 : à ROUEN, place du Boulingrin  
10 h00 : à HERICOURT EN CAUX parking terrain de sports à gauche,  
D233, route de st Réquier

**Accès : 50** kilomètres de Rouen  
A 150, Barentin, Yvetot, Autretot, Héricourt-en-Caux



**10  
Kilomètres**

**Jeudi 7 mai 2020**  
**Les chemins du jeudi**  
**Forêt de CANTELEU**  
**Denise KEBLI - Jeanne-Françoise NANAME**

**Rendez-vous :**

13h00 : à ROUEN, place du Boulingrin  
13h30 : à CANTELEU parking château d'eau

**Accès : 7** kilomètres de Rouen  
Boulevard Claude MONET / AVENUE Georges BIZET  
TEOR3 direction MONET arrêt BIZET





**21  
Kilomètres**

**9 le matin**

**12 l'après midi**

**Vendredi 8 mai 2020**

**Becdal, Acquigny**

**Denis PEYRE 06 89 28 74 21- Nicole DESMARAIS**

**Rendez-vous :**

09 h00 : à ROUEN, place du Boulingrin

10h15 : à AQUIGNY (27), ancienne gare

**Accès : 30** kilomètres de Rouen

A 13, sortie Louviers, Evreux péage 2,10€, RN 154 sortie Acquigny D71 ensuite prendre rue Aristide Briand sur la gauche

**A NOTER**

Matin : boucle de 9 kms

Après Midi : boucle de 12 kms Départ du lac de l'Onglais à Acquigny  
RDV 13 h00

Navettes de voiture au retour entre la gare d'Acquigny et le lac de l'Onglais 1,5 km

Aire de pique-nique au lac de l'Onglais



Débutants  
Initiés

**Samedi 9 mai 2020**

**Marche nordique**

**Marie-Françoise MARCASSIN**

**Jean-Marie KROWICKI**

**Rendez-vous :**

9h30 : Novotel



**23  
Kilomètres**  
Environ

**Dimanche 10 mai 2020**

**Imaginons les vignes**

**Jeanne THERAIN 06 25 93 03 06**

**Annie LEPAREUR Marie-Pierre LOCHEREAU**

**Rendez-vous :**

9 h15 : à ROUEN, place du Boulingrin

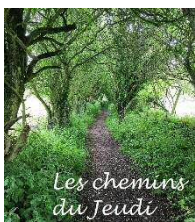
10h00 : à HEUDEBOUVILLE, parking près de l'église et mairie

**Accès : 35** kilomètres de Rouen

D 6015 direction VERNON. A HEUDEBOUVILLE tourner à gauche au feu

**A NOTER**

Une descente vers la Seine et une grande remontée vers Heudebouville



**9,5  
Kilomètres**

**Jeudi 14 mai 2020**  
**Les chemins du jeudi**  
**Le Varat**  
**Denis PEYRE 06 89 28 74 21**  
**Evelyne CLATOT- Didier ROULLAND**

**Rendez-vous :**  
13h00 : à ROUEN, place du Boulingrin  
13h30 : à ST GEORGES SUR FONTAINE, parking mairie

**Accès : 15** kilomètres de Rouen  
A 28, sortie Isneauville, D 928 et D 90



**Initiés**

**Samedi 16 mai 2020**  
**Marche nordique**

**José LEBRUN**

**Rendez-vous :**  
9h30 : Val L'Abbé



**13,5  
Kilomètres**

**Samedi 16 mai 2020**  
**Sur le circuit des orchidées**  
**Jeanne-Françoise NAMAME- Denise KEBLI-Claude ELIOT**

**Rendez-vous :**  
12 h45 : à ROUEN, place du Boulingrin  
13h30 : LA FEUILLIE, parking à droite de l'église

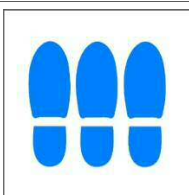
**Accès : 35** kilomètres de Rouen  
N 31 jusqu'à la FEUILLIE 1<sup>ère</sup> à gauche en direction de l'église  
**A NOTER**  
1 descente



**18  
Kilomètres**

**Dimanche 17 mai 2020**  
**Le calme après la tempête**  
**Remi HONDIER 06 40 95 83 45**  
**Colette BRUNOT 06 08 50 65 18**

**Rendez-vous :**  
9 h15 : à ROUEN, place du Boulingrin  
10 h15 : LA SAUSSAYE -place du cloître  
**Accès : 30** kilomètres de Rouen  
ELBEUF puis D 840 direction LE NEBOURG et à gauche au rond-point



**28  
Kilomètres**

**Dimanche 17 mai 2020  
Le Pays de Bray dans l'Oise**

**Gérard CONSEIL 06 78 30 74 97**

08 h 15 : à ROUEN, place du Boulingrin  
10 h 00 : à SONGEONS (60) place du Gal De Gaulle

**Accès 70** kilomètres de Rouen  
N 31 GOURNAY, D 143 SONGEONS  
N 49°32897 E1°51209



**20  
Kilomètres**

**Jeudi 21 mai 2020  
Sur les chemins d'Agnès Sorel  
Nicolle DESMARAIS Evelyne CLATOT**

**Rendez-vous :**

9 h 00 : à ROUEN, place du Boulingrin  
10 h 00 : à JUMIEGES parking Abbaye

**Accès : 30** kilomètres de Rouen  
CANTELEU, D 982 DUCLAIR JUMIEGES



**Initiés**

**Samedi 23 mai 2020  
Marche nordique**

**Marie-Françoise MARCASSIN**

**Rendez-vous :**  
9h30 : Esigelec



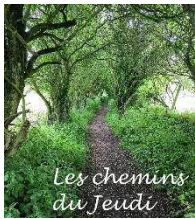
**18  
Kilomètres**

**Dimanche 24 mai 2020  
Retournons à Veules-les-roses  
Lise TONNETOT 06 87 14 37 91  
Jean-Claude PEGARD 06 48 71 98 02**

**Rendez-vous :**

09h15 : à ROUEN, place du Boulingrin  
10h30 : à VEULES LES ROSES, parking du canon (route de Sotteville-sur mer)

**Accès : 60** kilomètres de Rouen  
A 150, PAVILLY, LIMESY, YERVILLE, FONTAINE LE DUN, VEULES LES ROSES  
**Le parking du canon est situé sur les hauteurs, à la sortie de Veules les roses**



Les chemins  
du Jeudi

**9  
Kilomètres**

**Jeudi 28 mai 2020**  
**Les chemins du jeudi**  
**Le Mesnil sous JUMIEGES**  
**Daniel LEFEVRE 06 33 54 48 05 Sophie SOURISSE**

**Rendez-vous :**  
13 h 45 : à ROUEN, place du Boulingrin  
14 h 30 : à LE MESNIL SOUS JUMIEGES parking près de l'école

**Accès : 30** kilomètres de Rouen  
CANTELEU (D982) DUCLAIR à gauche D65 (chemin de halage) MESNIL  
SOUS JUMIEGES



**Initiés**

**Samedi 30 mai 2020**  
**Marche nordique**

**Jean-Marie KROWICKI**

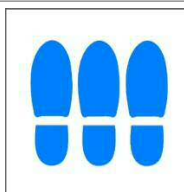
**Rendez-vous :**  
9h30 : Grand Canton



**22  
Kilomètres**

**Dimanche 31 mai 2020**  
**Le trou de gribouille**  
**André JOLY 06 74 58 98 72**  
**Dominique De SCHUYTENER**

**Rendez-vous :**  
09 h15 : à ROUEN, place du Boulingrin  
10h00 : à VAL DE REUIL parking de la gare  
**Accès : 30** kilomètres de Rouen  
D 6015, PONT DE L'ARCHE, D 77, VAL DE REUIL, à gauche direction la  
gare



**26  
Kilomètres**

**Lundi 1<sup>er</sup> juin 2020**  
**Notre Dame de Grâce**  
**Gérard CONSEIL 06 78 30 74 97**

8 h 15 : à ROUEN, place du Boulingrin  
10 h 00 : à HONFLEUR parking gratuit boulevard Charles V à droite  
après la tour d'HONFLEUR

**Accès : 75** kilomètres de Rouen  
Sans péage A 13 dir CAEN sortie Maison Brulée D 675 Pont-Audemer  
Saint Maclou HONFLEUR



**13  
Kilomètres**

**Lundi 1<sup>er</sup> juin 2020**  
**Journée à RAMBURES (80140)**  
**Michel et Michèle PARCHEMIN**

**Rendez-vous :**

08 h 00 : à ROUEN, place du Boulingrin

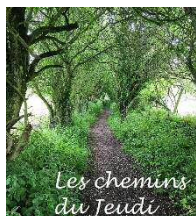
09 h 15 : à RAMBURES, parking du château, rue du château

**Accès : 85** kilomètres de Rouen

A28, Blangy sur Bresle, à droite D1015 direction Neslette, à gauche rue de la folie, puis rue du château

**A NOTER**

- Visite du château, de la roseraie et du parc sur inscription (10€)
- Pique-nique avant le départ de la rando sur le parking du château
- le terrain pourrait être gras dénivelé 70 m



**9  
Kilomètres**

**Jeudi 4 juin 2020**  
**Les chemins du jeudi**  
**Les rives de l'EURE**

**Annie et Yves MELOU    Géraldine MASSON**

**Rendez-vous :**

13 h 15 : à ROUEN, place du Boulingrin

14 h 00 : à VAL DE REUIL parking de la gare

**Accès : 30** kilomètres de Rouen

D 6015 AMFREVILLE-LA-MIE-VOIE, PONT DE L'ARCHE, D 77  
VAL DE REUIL à gauche direction gare



**Initiés**

**Samedi 6 juin 2020**  
**Marche nordique**

**Françoise BERNAGE**

**Rendez-vous :**

9h30 : val l'abbé



**18  
Kilomètres**

**Dimanche 7 juin 2020**  
**Les terres du Roy d'YVETOT**  
**Christian PALIER 06 43 97 04 61**  
**Nelly GREAUME 06 77 27 49 94**

**Rendez-vous :**

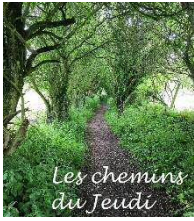
09 h30 : à ROUEN, place du Boulingrin

10 h15 : à YVETOT, parking de l'église

**Accès : 40** kilomètres de Rouen

A 150, BARENTIN, YVETOT





**9,6  
Kilomètres**

**Jeudi 11 juin 2020**  
**Les chemins du jeudi**  
**Ville, sentiers et forêt**  
**Michel et Michèle PARCHEMIN Marc NECTAR 0633856387**

**Rendez-vous :**  
12 h 45 : à ROUEN, place du Boulingrin  
13 h 30 : à PETIT-COURONNE, place du marché

**Accès : 12** kilomètres de Rouen (30 mn)  
- Voiture : sud 3/N 138, PETIT-COURONNE, au rond-point aller vers le centre-ville. A gauche au 3<sup>ème</sup> feu, place du marché  
- bus n°6 direct de Rouen ou n°27 arrêt « château des tourelles »

**A NOTER**  
Après la rando visite gratuite possible de la maison de campagne/musée de Pierre Corneille



**Débutants  
Initiés**

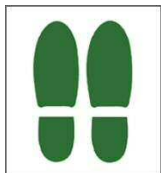
**Samedi 13 juin 2020**  
**Marche nordique**

**Jean-Marie KROWICKI**  
**José LEBRUN**

**Rendez-vous :**  
9h30 : Novotel

**HC**

**Dimanche 14 juin 2020**  
**Le syndicat d'initiative d'AUFFAY organise des randos pour  
remplacer la journée départementale de la randonnée**



**13.5  
Kilomètres**

**Jeudi 18 juin 2020**  
**Les écluses**  
**Nicolle DESMARAIS Evelyne CLATOT**

**Rendez-vous :**  
12 h 45 : à ROUEN, place du Boulingrin  
13 h 30 : à PITRES, parking des écluses (coté guinguette)

**Accès : 23** kilomètres de Rouen  
FRANQUEVILLE-ST-PIERRE direction YMARE D 95, D20 jusqu'à PITRES  
Au rond-point D 321 à gauche puis à droite D 20 direction VAL PITANT  
1<sup>ÈRE</sup> à droite route des écluses



**Initiés**

**Samedi 20 juin 2020**  
**Marche nordique**

**Jean-Marie KROWICKY**

**Rendez-vous :**  
9h30 : bois l'archevêque



**20**  
**Kilomètres**

**Dimanche 21 juin 2020**  
**Sur la plage ensoleillée**

**Michel NEDELLEC Dominique de SCHUYTENER**

**Rendez-vous :**

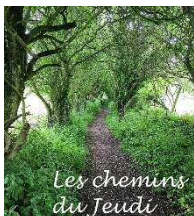
11 h00 : à ROUEN, place du Boulingrin  
12 h15 : à POURVILLE SUR MER parking, à droite, à l'entrée de  
POURVILLE

**Accès : 60** kilomètres de Rouen

A 150, A 151 Direction DIEPPE. A Saint Aubin, à gauche vers  
POURVILLE

**A NOTER**

L'heure de départ, est fonction de la marée qui sera basse à 19h34



**10**  
**Kilomètres**

**Jeudi 25 juin 2020**  
**Les chemins du jeudi**  
**La Haye de Routot**

**Daniel LEFEVRE 06 33 54 48 05 Sophie SOURISSE**

**Rendez-vous :**

12h00 : à ROUEN, place du Boulingrin  
13 H 00 : pique-nique sous abri à la HAYE DE ROUTOT  
14h00 : départ randonnée

**Accès : 40** kilomètres de Rouen

SUD III maison brûlée, D675 BOURG-ACHARD puis à droite D 144  
ROUTOT, sur la droite « rue du stade » (D 686) à LA HAYE DE ROUTOT  
parking près de la chapelle.



**Initiés**

**Samedi 27 juin 2020**  
**Marche nordique**

**José LEBRUN**

**Rendez-vous :**  
9h30 : Grand Canton



**20  
Kilomètres**

**Dimanche 28 juin 2020**  
**Sur les traces d'Auguste Renoir**  
**Christine GESLIN 06 62 28 10 83**  
**Brigitte DUHAMEL 06 41 33 43 47**

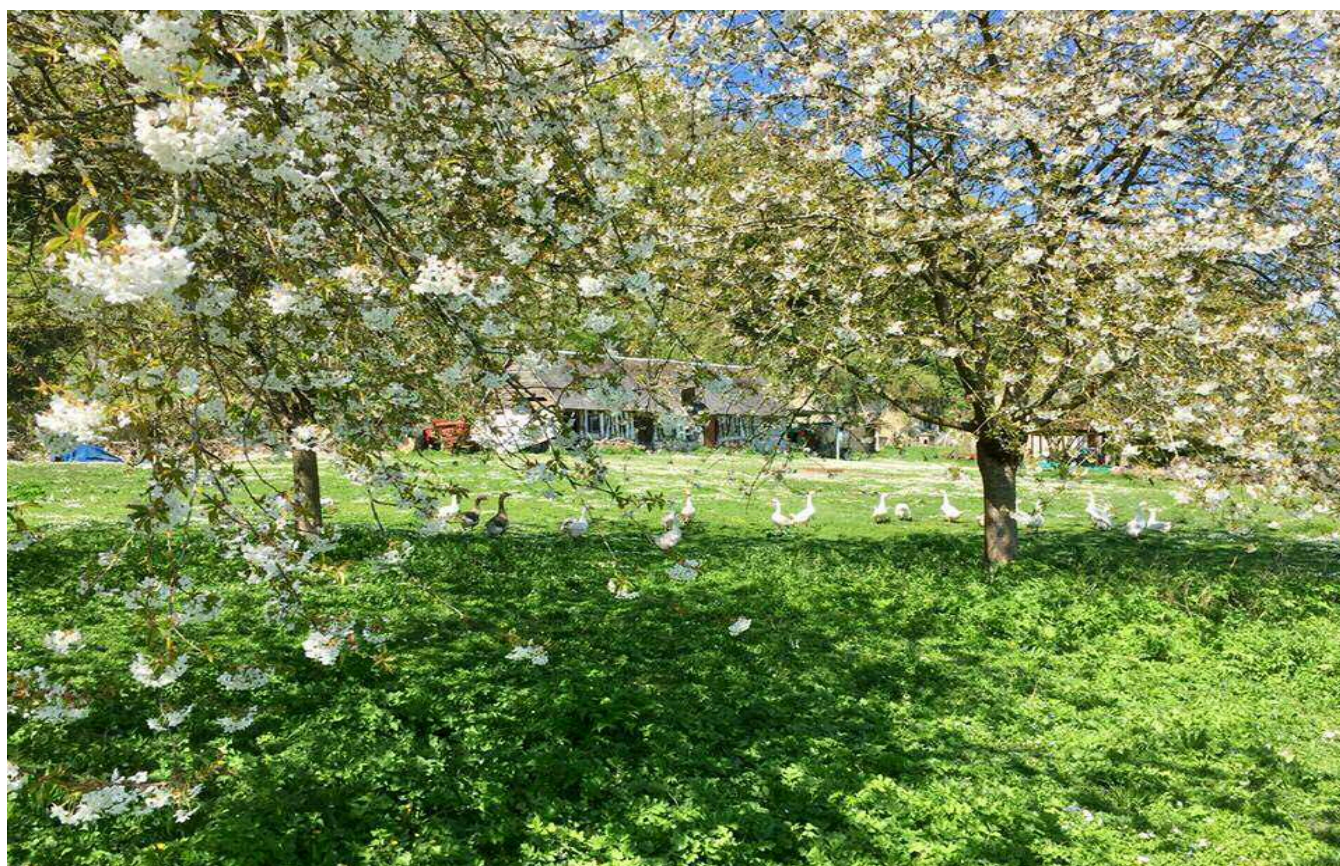
**Rendez-vous :**

8 h 45 : à ROUEN, place du Boulingrin

10 h 00 : à DRECHIGNY PETIT-CAUX devant le château, avenue  
Gabriel de CLIEU

**Accès : 75** kilomètres de Rouen

A151 DIEPPE vers LE TREPORT sur la D 925 tourner à droite après la  
traversée de DERCHIGNY (avenue Gabriel de CLIEU)



**Séjour à Madré**  
**Du 25 au 27 septembre 2020**  
**Bulletin d'inscription**

	<b>1</b>	<b>2</b>
<b>NOM</b>		
<b>PRENOM</b>		
<b>Téléphone</b>		
<b>Adresse mail</b>		

**Covoiturage**

Je prendrai mon véhicule :            OUI                                    NON

Je dispose de ..... places

Je n'ai pas de véhicule : je souhaite voyager avec .....

**Hébergement :**

Je souhaite disposer d'une chambre individuelle :    OUI                    NON  
(Supplément de 37€)

Je souhaite partager ma chambre avec : .....

Bulletin d'inscription à envoyer, accompagné du règlement (147€ + éventuellement 37€ de chambre individuelle), par chèque à l'ordre de l'ARRP, à

**Daniel LEFEVRE**  
**8 RUE DU GRAND FEU**  
**Appartement 215**  
**76100 ROUEN**