

2011-2012

DECEMBRE 2011

Samedi 3 décembre 2011 : Téléthon

Départ à **14h** devant la **mairie de Darnétal** pour une rando de deux heures. Une **participation minimum de 3 €** sera demandée aux participants.

Dimanche 4 décembre 2012

Départ **9H15** du **parking du café « Le Saint-Arnoult »**, au pied de l'église de... Saint-Arnoult (au-dessus de Villequier), pour un parcours de 9,5Km agrémenté de deux longues montées (ne pas oublier ses bâtons!).

Pique-nique tiré des sacs au café susnommé qui a la gentillesse d'ouvrir **spécialement** pour nous.

L'après-midi, **départ du même lieu à 13H15** pour une boucle de 11Km avec une longue, longue, lon... on... on. gue côte en fin de parcours (bâtons, rappel). Cette rando vous offrira de jolies vues sur la vallée de Seine et, en haut de la côte, deux châteaux et quelques arbres remarquables seront la récompense de vos efforts.

Compter environ 45 minutes de Rouen à Saint-Arnoult.

Marie-Laurence et Eric se feront un plaisir de vous accompagner

Samedi 10 décembre 2011 :

Rendez-vous devant la **Basilique de BONSECOURS**, pour un départ à **13h30**. Parcours de 12 kms sans grande difficulté, mis à part une descente (les bâtons peuvent être utiles) et une montée.

Vos accompagnateurs seront Huguette et Marie-Laurence

Mardi 13 décembre 2011 :

Annie et Bernadette vous donnent rendez-vous à **13H30** sur le grand parking devant **l'église à l'entrée de Hautot sur Seine** pour un parcours de 12 km, sans difficulté. Compter 30 minutes de route depuis Rouen.

Dimanche 18 décembre 2011

En raison de la chasse, la rando initialement prévue le samedi 17 décembre est déplacée au dimanche 18 décembre

Rendez-vous à **13h** sur le **parking de l'église de Montigny**. Départ à **13h15** pour une boucle de 13 km sans difficulté. Compter 10 min de trajet depuis Rouen.

Vos accompagnatrices seront Corinne D et Maryse V.

JANVIER 2012

Samedi 7 janvier 2012

Départ à **13h15** du **parking mairie - église de Bardouville** pour un parcours légèrement vallonné de 13 km. Compter environ 45 minutes de Rouen. Vos accompagnatrices seront Arlette et Françoise

Mercredi 11 janvier 2012

Rémy et Gérard vous proposent une randonnée de 12 kilomètres environ en bord de Seine au départ de **Oissel**. **Rendez- vous Quai Stalingrad** sur les aires de stationnement face au foyer communal.

Départ de la randonnée à 13h30 précises, deux bonnes montées sont prévues au programme.

Possibilité de rejoindre Oissel soit par la D 6015 jusqu'aux Authieux sur le port St Ouen ou en empruntant l'A15 sortie Oissel et Tourville La Rivière.

Dimanche 15 janvier 2012 : Rando Galette des Rois

Le matin: rendez-vous à 9H15 à la base de loisirs de la petite Bouverie pour une rando de 12 km. Retour pour midi au même endroit. Vos accompagnateurs seront Eric et Jean-Yves

Le midi: les pique-niques seront tirés des sacs dans la salle du club House du Tennis-Club de la Petite Bouverie **A 14h00** nous partagerons la Galette des Rois offerte aux adhérents de la section rando (**une participation de 4€ est demandée pour les non-adhérents**), suivie pour ceux qui le souhaitent d'un après-midi jeux de cartes et jeux de société. Projection du séjour en Vanoise d'août/septembre 2011.

Vers 19h00 nous vous proposons de terminer la journée avec un petit repas, où l'on pourra déguster la traditionnelle soupe à l'oignon mitonnée par Michel et Colette, moyennant une **participation de 10€**.

Mercredi 18 janvier 2012 : RANDO COOL

Annie et Bernadette vous donnent rendez-vous à **14h00 à la Vieux Rue** (près de Préaux) pour un parcours de 7 km, sans difficulté. Compter 25 minutes de route depuis Rouen.

Samedi 21 janvier 2012

Sylvie et Samuel vous donnent **rendez-vous à 13h30 au parking de la salle omnisports de St Pierre de Varengville** pour une randonnée de 11 km. A l'issue de cette rando, nous partagerons un petit vin chaud et le traditionnel pain d'épices.

Mardi 24 janvier 2012

Annie et Samuel vous proposent une rando de 12 km à **Montigny. Rendez-vous à 13h30 place de l'église**. Pour cette sortie nous aurons le plaisir d'accueillir nos amis non voyants de l'ARSAAH.

Dimanche 29 janvier 2012 - Rando pot au feu

Gérard et Jean-Yves vous invitent à une randonnée panoramique dans les bois et en bord de Seine à Barneville-sur-Seine. Le lieu de rendez-vous est sur le parking de l'Auberge de La Mare Foulon sur la route de Bourg-Achard à Yville sur Seine.

Le matin, départ **de la Mare Foulon à 9h15 précises** pour une boucle de 10,5 km (1 seule montée apéritive). **Le midi**, nous déjeunerons à l'auberge pour le menu traditionnel : Kir, bouillon et pot-au-feu, tarte normande, vin ou cidre et café. Le repas sera pris à **12h00 précises** pour la somme de **13,80 € tout inclus**. Pour ceux qui le souhaitent, possibilité **limitée** d'apporter son repas moyennant les boissons.

Les inscriptions pour le repas devront parvenir à Jean-Yves David pour le **vendredi 20 janvier au plus tard** en envoyant **un chèque de 13,80 €** libellé à l'ordre de **l'Auberge de la Mare Foulon**.

L'après-midi le rendez-vous et le départ sont fixés à **14h00 précises** sur le **parking de l'auberge** pour une boucle digestive de 12 km (1 seule montée donc 1 descente).

FEVRIER 2012

Samedi 4 février 2012 Samuel et Alain vous proposent une randonnée de 12 km environ en forêt au départ de Quevillon. **Départ à 13h30** du parking des tennis face à la mairie. Samuel

Mercredi 8 février 2012

Rendez-vous au parking du gymnase et du complexe sportif à Perriers sur Andelle et départ à **13h45** pour un parcours vallonné de 12 km. Le gymnase se trouve à la sortie du village sur la D18 en direction des Hogues.

Pour vous y rendre comptez 45mn au départ de Rouen. Vos accompagnateurs seront Jean-Yves et Jacqueline

Dimanche 12 février 2012

Hubert et Jeannette vous donnent rendez-vous **le matin sur la place de l'église de Berville-en Roumois** pour un parcours varié de 12,3 km maximum en boucle (sera adapté suivant les conditions climatiques). Peu de dénivelées. Départ de la rando à **9 heures**.

Pour vous rendre à Berville comptez environ 35 minutes du centre de Rouen en passant par le centre de Bourgtheroulde (dans Bourgtheroulde prendre à droite juste après le café "Le Brazza").

Le midi les pique-niques pourront être tiré des sacs au Bar "Le Brazza" à Bourgtheroulde moyennant prise des consommations. **L'après-midi**, rendez-vous sur la **place de la Mairie à Bourgtheroulde**. Compter environ 30 minutes du centre de Rouen **Départ de la randonnée à 13h30** pour une boucle de 12 km.

Jedi 16 février 2012 Rando-cool

Bernadette et Annie vous donnent rendez-vous à **St Léger du Bourg-Denis** (près de Darnétal) sur le **parking de la salle Ostermeyer** à côté de la mairie, route de Lyons la Forêt, pour **un départ à 13h30** d'une rando de 9 km sur terrain plat.

Samedi 18 février 2012

Rendez-vous au **parking de la collégiale de Blainville Crevon** et départ à **13h45** pour un parcours de 13 km avec une grande côte Vos accompagnateurs seront Philippe et Jacqueline

Mardi 21 février 2012

Samuel et Nicole vous donnent rendez-vous sur le **parking du parcours sportif en forêt de Duclair** pour une randonnée de 12 km **Départ de la rando à 13h30**.

Pour s'y rendre, à Duclair en venant de Rouen, passer devant le bac et après la maison du tourisme prendre la 1ère route à droite, monter tout droit en forêt, devant la maison forestière de la Haye de Yainville, tourner à gauche, le parking est à 200 m.

A cette occasion nous dégusterons une crêpe arrosée de cidre pour fêter Mardi-Gras.

Dimanche 26 février 2012

Rémy et Jean-Yves vous invitent à **Oissel** pour une randonnée en forêt et sur les bords de Seine.

Le matin, départ à 9h15 précises de l'Hôpital de Oissel pour une boucle de 12 km en forêt sans aucune difficulté. Parcours ultra plat.

Le midi, vers 12h15, le pique-nique sera tiré des sacs moyennant consommations au **Café de la Paix** en centre bourg. **L'après-midi, départ à 13h45 quai Stalingrad** à Oissel à proximité du foyer communal et de l'aire de jeux de boules pour une boucle de 12,5 km en bord de Seine et forêt. 2 montées (donc 2 descentes) sont prévues au programme. Pour vous rendre à Oissel, à partir de Rouen, de multiples possibilités : Sud 3 et périphérique sud ou par Sotteville et St Etienne ou par le boulevard industriel. Pour rejoindre l'Hôpital tourner à droite à l'entrée de Oissel en venant de Rouen. Le quai Stalingrad est en bord de Seine.

MARS 2012

Samedi 3 mars 2012 :

Gérard et J-Yves vous invitent à Sahurs, parking de la Mairie, pour une rando de 12 km entre Seine et forêt (1 montée). **Départ 14h00**.

Dimanche 4 mars 2012 :

Matin, départ à 9 heures du parking de la gare d'Acquigny pour une boucle de 12 km qui, par Amfreville-sur-Iton, nous amènera sur le plateau d'où nous redescendrons par la forêt et la source du Becdal sur Acquigny où le pique-nique sera pris au café Le Corrona.

Après-midi, départ à 13h30 du parking de la gare d'Acquigny pour un circuit de 11kms en forêt avec un retour le long de l'Eure et des étangs où nous pourrons observer les oiseaux (canards, cygnes, grèbes, cormorans, poules d'eau...). Vos accompagnateurs : Éric et Claude H.

Mercredi 7 mars 2012

Départ à 13h30 du parking du château de Martainville Epreville pour un parcours de 13 km sans difficulté. Vos accompagnateurs seront Josselyne et Samuel

Dimanche 11 mars 2012

Guy et Jean-Yves vous invitent à une randonnée autour de Blainville-Crevon. **Le matin, départ à 9h15 précises sur la place principale de Blainville** pour une boucle de 11 km (2 petites montées).

Le midi, à 12h00, le pique-nique sera tiré des sacs moyennant consommations au **Ptit Bouchon**.

L'après-midi, départ à 13h30 sur la place pour une boucle de 13 km (2 petites montées).

Pour se rendre à Blainville à partir de Rouen prendre la N31 en direction de Gournay, au rond point après Forgettes prendre la direction de Blainville. Compter 25 minutes

Jeudi 15 mars 2012 Rando-cool

Bernadette et Annie vous donnent rendez-vous à **13h30 à St Aubin lès Elbeuf** sur le parking de la gare SNCF pour une rando de 9 km,

Samedi 17 mars 2012

Alain et Jean-Yves vous donnent rendez-vous devant la **piscine de Montville** pour un départ à **13h30**. Rando de 13,5 km avec 2 cotes.

Mardi 20 mars 2012

Alain et Gérard vous donnent rendez-vous devant la **Boulangerie de Fontaine le Bourg** pour un **départ à 13h30**. Rando de 12 km.

Samedi 24 mars 2012

Sylvie et Samuel vous proposent une randonnée de 14 km au parcours vallonné.

Rendez-vous sur le parking de **l'église d'Héronnelles** pour un départ à **13h30**.

Pour vous y rendre prendre direction Darnétal, à Forgettes direction Blainville Crevon, Catenay, Boissey et Héronnelles.

AVRIL 2012

Dimanche 1er avril 2012

Gérard et Jean-Yves vous invitent à une randonnée, pleine nature, en forêt de Lyons et dans la vallée de l'Andelle.

Le matin, départ à 9h00 précises du grand parking du restaurant **La Javanaise** situé à gauche à l'entrée du village de La Haye pour une boucle de 11 km (2 petites montées).

Le midi, à 12h00 précises, déjeuner sans poisson au restaurant La Javanaise. Au menu : Kir, Cornet de jambon macédoine, Rôti de bœuf gratin de pommes de terre, Fromage, Dessert surprise, vin, cidre, café tout compris. Prix 13,60€ Règlement par chèque à l'ordre du Restaurant La Javanaise.

L'après midi départ à 14h00 sur le parking du restaurant pour une boucle de 13,5 km (2 montées).

Pour se rendre à La Haye à partir de Rouen, prendre la N31 en direction de Gournay, jusqu'à la Haye situé à environ 30 km de Rouen. Il faut compter 35 minutes.

Mercredi 4 avril 2012

Départ de la mairie de Bois d'Ennebourg à 14h pour un parcours de 12 km. Compter 20 minutes au départ de Rouen. Vos accompagnateurs seront Nicole T et Françoise V (

Samedi 7 avril 2012

Départ du **parking du bureau de poste de Montfort-sur-Risle à 14 heures** pour un circuit de 12 km sans difficulté majeure (une montée). Vos accompagnateurs seront Claude H. et Éric

Jeudi 12 avril 2012 Rando-cool

Bernadette et Annie vous donnent rendez-vous à **Hautot sur Seine**, sur le grand parking à l'entrée de la commune à côté de l'église, pour un **départ à 13h30** d'une rando de 9 km Compter 30 minutes de route depuis le centre de Rouen. Présence de nos amis de l'ARSAAH.

Samedi 14 avril 2012

Marie-Françoise et Claude vous donnent rendez-vous à **13h30 à Orival** pour une rando d'environ 14 km. Parcours vallonné avec quelques difficultés (selon conditions météo)

Pour s'y rendre au bas de la côte des Essarts, faire le tour du rond-point, prendre la petite route à droite longeant le restaurant Les Marronniers et continuer jusqu'au parking situé sur la gauche.

Dimanche 15 avril 2012 - Rando-Challenge

A Val-de-Saane, coorganisé par le Comité Départemental et les clubs de l'ASPTT et de Petit-Quevilly

Mardi 17 avril 2012

Alain et Samuel vous proposent une randonnée de 13,5 km autour de **Touffreville la Corbeline**. Rendez-vous sur le **parking derrière la mairie pour un départ à 14 h**. Prévoir 40 mn du centre de Rouen en passant par Barentin, Bouville et Fréville.

Samedi 21 avril 2012

Maryse et Marie-Laurence vous donnent rendez-vous sur le **parking de Pont-de-l'Arche**, près du parking des camping-cars. Il faut tourner à gauche à la sortie du pont, et à nouveau à gauche pour passer sous le pont), pour un **départ à 14h00 précise**. Nous aurons 11,5 km pour profiter de la forêt de bord et du panorama sur l'Eure, la Seine et le lac des 2 Amants.

Dimanche 29 avril 2012 - Rand'Opale (partenaire)

Randonnée pédestre sur la côte d'Opale, 5 parcours de 9, 16, 24, 32 et 40 km.

MAI 2012

Mercredi 2 mai 2012.

Maryse et Gérard vous donnent rendez-vous à **Boos** sur le parking proche de l'église pour une randonnée de 12km. Départ de la rando à **14h00**, pour un parcours varié entre plaine et forêt avec deux petites montées.

Samedi 5 mai 2012

Départ à **14h15** du parking du **centre de loisirs "Jean Coiffier" des Essarts** pour une boucle de 13 km sans difficulté. Compter 15 minutes au départ de Rouen.

Pour s'y rendre : Dans la rue principale des Essarts, à l'intersection munie de feux tricolores, tourner au niveau du bar "le Coq Gaulois". Continuer tout droit jusqu'à emprunter le pont surplombant l'autoroute A13 puis suivre le fléchage. Vos accompagnatrices seront Françoise D et Maryse V.

Jeudi 10 mai 2012 : Rando cool (3 km/heure).

Rendez-vous à **Bois l'Evêque, parking de la mairie à 14 heures** pour un parcours de 10 km sans difficulté. Vos accompagnatrices seront Annie et Bernadette. Présence de nos amis de l'ARSAAH.

Dimanche 13 mai 2012

Pour cette randonnée Hubert et Jeannette vous proposent la formule "**aller par le train et retour à pied**" **Rendez-vous à la gare de Rouen** pour aller en train à CLERES (**départ du train à 8H41** coût 4,60 €; chacun prend son billet) et retour à pied en passant par **Montville** où nous sortirons **le pique-nique dans le parc vers 12H00**.

CLERES - MONTVILLE : 11 km MONTVILLE - ROUEN : 13,5 km

Ceux qui ne voudraient faire que le matin peuvent rentrer en train de Montville à Rouen (départ de Montville à 13H58, coût 3,60€)

Ceux qui ne voudraient faire que l'après-midi, il y a un train à Rouen pour Montville à **10H14** (coût 3,60 €) L'entrée du Parc de Montville se trouve près de la Mairie ou de l'église; depuis la gare il faut descendre vers le centre bourg, c'est à cinq minutes à pied.

Ceux qui opteraient pour la solution "Voiture" jusqu'à Clères (rendez-vous à la gare de **Clères à 9H04**) ou jusqu'à Montville (rendez-vous au parc de **Montville** ; départ de la rando à **13H30**). Il y a des trains au départ de Rouen le soir pour retourner chercher la voiture (pour Montville et Clères : trains à 17H41 et 19H14).

Jeudi 17 mai 2012 Rallye pédestre

Dimanche 20 mai 2012

Alain et Jean-Yves vous invitent à **Varengueville-sur-Mer**, lieu privilégié des peintres, musiciens, écrivains et amoureux de la nature. Le matin **rendez-vous à 9h00** sur le **parking du Bois des Moutiers** pour une **matinée de visites et rando de 8 km**. Au programme, l'église St Valéry et le cimetière marin, les bois et valleuses et le parc des Moutiers et ses rhododendrons, azalées et clématites en fleurs. La visite du parc prévue vers **11h00** est incluse dans le temps de la randonnée mais libre à chacun d'y participer. Elle est payante et dure au minimum 1h15. Le pique-nique sera sorti des sacs à proximité ce qui laissera toute liberté pour la visite.

L'après-midi, **rendez-vous à 13h45** sur le **parking du Bois des Moutiers** pour un parcours vallonné de 13,5 km en bord de mer et campagne agrémenté de quelques sites remarquables dont le phare d'Ailly et le Manoir d'Ango (raccourci possible selon intempéries).

Pour se rendre à Varengueville, prendre la voie rapide Rouen-Dieppe, à St Aubin-sur-Scie prendre la direction d'Offranville et traverser le village, puis de Varengueville. Compter 1h00 du centre de Rouen. Contact : 06 81 23 82 95

Du samedi 26 au lundi 28 mai 2012 - Séjour de Pentecôte - Alpes Mancelles

JUIN 2012

Samedi 2 juin 2012 - Le Grand Rouen

Randonnée de **42 km** en trois étapes, organisée en commun par l'ARRP, MJC Grieu, Conseil des Sports de Rouen et l'ASPTT Rando se déroulera de Buchy à la Petite Bouverie en passant par Ry.

Les adhérents au club disposent d'un bulletin d'adhésion spécifique qui est envoyé par @mail ou par La Poste à retourner à Michèle Lebarbier avant le 18 mai chèque à l'ordre du Conseil des Sports.

Les non-adhérents disposent d'un formulaire à télécharger à envoyer au Conseil des sports de la Ville de Rouen. Tous les détails : programme, organisation et inscription au Grand Rouen

Dimanche 3 juin 2012 (partenaire)

5ème rando GDF Suez à Paris. **Consulter Journées Partenaires**

Mercredi 6 juin 2012

Jean-Yves et Samuel vous proposent une randonnée dans la forêt du Trait Maulévrier.

Départ de la rando de 12 km à **14 h précises**. Rendez-vous sur le **parking de l'église du Trait**. Pour vous y rendre, passez par Duclair, à l'entrée du Trait prendre à droite la rue Worms, le parking est à 200 m.

Samedi 9 juin 2012

Jacqueline et Jean-Yves vous invitent à découvrir les **parcs, jardins et monuments de la rive gauche** de Rouen sur les communes de Rouen, Sotteville-les-Rouen, Petit et Grand-Quevilly. Parcours guidé et commenté. Visites : Serres du Jardin des Plantes, Chartreuse et chapelle St Julien, Cité des Maréchaux, Roseraie, église ND.de Lourdes ... et bien d'autres choses encore.

Départ à 9h15 de la **Place de l'Hôtel de Ville de Sotteville** près de la station du métro. Le pique-nique sera sorti des sacs au Jardin des Plantes vers 11h45. Le parcours complet comprend 15 km, même s'il se situe en pleine ville, se munir de bonnes chaussures de marche. Possibilité de ne faire que 10 km en prenant au cours de l'après-midi le métro à l'Hôtel de Ville de Grand Quevilly (ou en y laissant une voiture) pour revenir à Sotteville.

Dimanche 10 juin 2012

Eric et Jean-Yves vous proposent, en ce jour d'élection, une rando-détente d'une seule boucle sur les bords de l'Eure, de la Seine, des lacs dont celui de la réserve ornithologique (prévoir les jumelles).

Rendez-vous sur le **parking des écluses de Poses (coté Poses, donc rive gauche)** et départ à **10h00** pour une boucle de 20 km. Possibilité, au choix individuel ou selon le temps, de ne faire que 17 km en supprimant au départ une rude mais superbe montée panoramique côte des 2 Amants. Le reste du parcours (17 km) est rigoureusement plat. Si la montée panoramique est supprimée pour cause d'intempéries, le départ de la boucle de 17 km est alors fixé à 10h00. Si elle est maintenue, nous repasserons sur le parking une heure plus tard (11h00) pour reprendre celles et ceux qui auront décidé de ne pas la faire. Le pique-nique sera sorti des sacs en cours de chemin.

Pour se rendre à Poses, rejoindre d'abord Pont-de-l'Arche, soit par l'A13 ou par la N15 via Amfreville-la-mivoie, Port St Ouen et Igoville. Traverser ou contourner les Damps et rejoindre Poses. Compter 35 minutes du centre de Rouen.

Jedi 14 juin 2012 : Rando cool (3 km/heure).

Rendez-vous à **Anneville Ambourville à 14 heures sur le parking du stade** (suivre le fléchage), pour un parcours de 9 km sans difficulté. Le plus court pour vous y rendre est de prendre le bac à Duclair. Vos accompagnatrices seront Annie et Bernadette. Présence de nos amis de l'ARSAAH.

Dimanche 17 juin 2012 : Rando-Méchoui

Tous les détail sur l'organisation et l'inscription au Rando-Méchoui dans la rubrique spécifique des Journées festives ou cliquer ici pour **les renseignements Rando-Méchoui** et ici pour **l'inscription au Rando-Méchoui**.

Mardi 19 juin 2012

Gérard et Jean-Yves vous invitent à une randonnée de **12,5 km** entre Seine et forêt autour de **Sahurs**. **Départ à 14h00 du parking de la Mairie-Ecole**. Il n'est plus besoin de préciser comment se rendre à Sahurs... vous avez le choix par les bords de Seine ou par la forêt.

Dimanche 24 juin 2012 – Journée départementale de la randonnée pédestre à Aumale

Lieu de rendez-vous : Aumale, l'étang de la Villa des Houx, parking fléché

8h30 – 10h30 Accueil et petit déjeuner et Inscriptions **13h00 – 14h00** – Inscriptions

Randonnées proposées : 25 et 18 km avec pique nique tiré du sac et 12, 10 et 5 km

Pour tous les renseignements, consulter la rubrique spécifique : **Programme partenaires**

Samedi 23 au samedi 30 juin 2012 - Séjour presque île de Crozon

JUILLET 2012

Dimanche 8 juillet 2012 - Balade des trois vallées à Ry

Randonnée organisée par l'Office du Tourisme des Trois Vallées. Voir Programme Partenaires

Mardi 10 juillet 2012 "Rando Rouen sur Mer"

Randonnée de 14 km organisée par l'ASPTT Rando en collaboration avec la ville de Rouen dans le cadre des manifestations de Rouen sur Mer.

Départ et retour sur le site de Rouen sur Mer (**quai rive gauche près du pont Jeanne d'Arc**).

Départ à 11h et retour vers 17 h. Les pique-niques seront tirés du sac.

Samedi 14 juillet 2012

Départ pour le séjour de 1 et/ou 2 semaines du 14 au 28 juillet de rando "cool" mi-rando, mi-tourisme à Surgères.

Dimanche 15 juillet 2012

Marie-Laurence et Eric vous accueillent à Yport, sur le parking Joseph Boulard, derrière l'église, rue Emmanuel Foy pour un **départ à 9H15**.

En matinée : parcours varié de 10 km qui, de plateaux en vallées nous mènera à Vattetot-sur-Mer avec un retour côtier sur Yport via la mini-plage de Vaucottes.

Pique-nique sur la plage d'Yport.

Après-midi : Départ du parking Joseph Boulard à **13H30**, pour un parcours plus doux de 12 km sur le plateau par Froberville, St-Léonard et Criquebeuf-en-Caux

Samedi 21 juillet 2012 "Rando Rouen sur Mer"

Randonnée de 14 km avec visite du patrimoine connu et moins connu de Rouen, organisée par l'ASPTT Rando en collaboration avec la ville de Rouen dans le cadre des manifestations de Rouen sur Mer.

Départ et retour sur le site de Rouen sur Mer (**quai rive gauche près du pont Jeanne d'Arc**).

Départ à 11h et retour vers 17 h. Les pique-niques seront tirés du sac au panorama de la côte Ste Catherine. Accompagnateurs : Annie, Gérard, Alain et Samuel.

Samedi 28 juillet 2012

Claude H et Françoise D vous proposent une randonnée de 12 km au parcours vallonné.

Rendez-vous sur le **parking de l'église LE LANDIN** pour un **départ à 14h00**.

Pour vous y rendre par l'A 13 , prendre la sortie 25 en direction de Bourg - Achard - Pont de Brotonne.

AOÛT 2012

Dimanche 5 août 2012 - Veulettes-sur-Mer

Maryse et Gérard vous proposent de passer une journée de randonnée en bordure de mer.

Rendez-vous à Veulettes Sur Mer sur le parking des camping cars.

Départ à 9h00 pour une boucle de 11 km avant un pique nique sur la plage de Veulettes.

Départ 13 h 30 au même endroit pour une boucle de 13 km.

Pour se rendre à Veulettes sur Mer, prendre la direction Yvetôt (D 6015), puis Cany. Compter 45 à 50 mn.

Samedi 11 août - La Feuillie

Rendez-vous sur le **parking de l'église**. Départ à **14h00** pour une boucle de 14,5 km sans difficulté. Compter 40 mn depuis Rouen Vos accompagnatrices seront Marie-Laurence et Maryse V

Samedi 18 août 2012 - Les Bosses de Connelles

Samuel et Jean-Yves vous invitent toute la journée à une randonnée sur le terrain superbe et pittoresque des **Bosses de Connelles**. Même s'il s'agit d'un parcours bosselé, il sera modulé en tenant compte du temps, des éventuelles intempéries ainsi qu'aux possibilités de chacun. Les randonneurs du groupe « Stevenson » sont particulièrement invités à y participer une semaine avant leur départ. Plusieurs montées et descentes sont prévues au programme.

Elles seront adaptées au rythme de chacun.

Départ à **9h00 précises aux écluses de Poses** (coté Léry - rive droite de la Seine) près de la guinguette « Chez Dédé». Compter 35 à 40 minutes du centre de Rouen.

Le parcours est prévu sur la journée soit 6h30 de marche pour à peine 16 km s'il est effectué dans sa totalité. Retour aux écluses et... à la guinguette seulement en fin d'après midi.

Le pique-nique sera sorti des sacs face au magnifique panorama d'une boucle de la Seine

Du 25 août au 8 septembre - Le Chemin de Stevenson (GR 70)

SEPTEMBRE 2012

Dimanche 2 septembre 2012.

Rendez-vous à **9h15** pour un départ à **9h30 place de la mairie à Nesle-Hodeng** pour une sortie de **21 km (dénivelé 300m)**. Pour vous y rendre par l'autoroute A28 sortie 9 vers Neufchatel. Les pique-niques seront tirés des sacs en cours de rando (pas de rendez-vous à la mi-journée).

Vos accompagnatrices seront Marylin L. et Annie J.

Mardi 4 septembre, Rando cool (3 km/heure)

Annie et Bernadette (0622671263) vous proposent une randonnée au **Trait. Rendez-vous sur le parking de l'église à 14 heures** pour un parcours de 7 km. On commencera par une montée que nous aborderons "très cool».

Samedi 8 septembre 2012

Jacqueline et Gérard vous invitent à une randonnée de 12 km à **Mesnil-sous-Jumièges**. Départ de la rando à **14h précises du parking de la base de loisirs**.

Pour vous y rendre, passer par Duclair puis suivre la direction de Jumièges.

Dimanche 9 septembre - Journées partenaires

Journée du Parc des Boucles de Seine à Allouville-Bellefosse. Informations

Brevet des 50 km à Mesnil-sous-Jumièges organisé par le Club Alpin Français. Informations

Mercredi 12 septembre 2012

Départ à **14h15 du parking sur la D62 route du Tronquay** pour un parcours de **12 km** en forêt de Lyons avec nos amis de l'ARSAAH. Pour vous y rendre prendre la N31, après La Haye à 2 km tourner à droite direction Le Tronquay, le parking est à 800 m. Vos accompagnateurs seront Jacqueline et Samuel.

Du 14 au 16 septembre 2012

2ème National de l'ASPTT à Lamoura (Jura). Rando Challenge ouvert à tous les licenciés de la FSASPTT. Voir rubrique

Samedi 22 septembre 2012 "25^{ème} Anniversaire de notre section rando"

Nous vous invitons à une journée festive sur le thème " **le chapeau**"

Samuel et Hubert vous invitent à une randonnée «Anniversaire de la Section ». Rendez-vous sur le **parking de la Petite Bouverie** pour une boucle de **12 km. Départ à 9h00 précises.**

Vers midi nous partagerons un buffet froid. **Dans l'après-midi** une animation musicale vous fera danser et vous pourrez aussi assister à une projection rétrospective de photos des 25 années de rando ou participer à des jeux...

Les adhérents présents recevront le tee-shirt du 25^{ème} anniversaire.

Le prix de cette journée est fixé à **20 €** pour les adhérents et à **25 €** pour les non-adhérents

ATTENTION le nombre de places est limité à 80

Pour vous inscrire envoyez dès maintenant un chèque libellé à l'ordre de l'ASPTT Rouen section randonnée pédestre à Michèle LEBARBIER via le **formulaire prévu à cet effet** (cliquer). Les inscriptions seront closes dès que nous aurons atteint le nombre de 80 et impérativement avant le 10 septembre.

Alors randonneuses, randonneurs à vos chapeaux !!!

Mercredi 26 septembre 2012

Départ à **14h00 du parking du gymnase et du complexe sportif à Perriers-sur-Andelle** pour un parcours de 12 km. A Perriers-sur-Andelle prendre la D18 (route de l'église) direction Les Hogues, Lyons la Forêt. Le parking se trouve à la sortie du village. Vos accompagnateurs seront Jacqueline et Alain.

Samedi 29 septembre 2012 - Virades de l'Espoir (Action pour la lutte contre la Mucoviscidose)

Rendez-vous sur le parking de la salle polyvalente de **St Pierre de Varengueville**. Inscriptions à 13h15, départ à 13h30, pour une randonnée de 11 km.

Dimanche 30 septembre 2012

Matin : départ à 9h00 du parking de l'avenue Olivier de Montalent près des étangs de Forges-les-Eaux, pour une boucle de **11 km**.

Les pique-niques seront tirés des sacs moyennant consommation prise sur place, au café de l'hippodrome 126 avenue des Sources.

Après-midi : départ à 13h30 du parking de l'église de Sommery pour une boucle de **14 km**. Pour vous y rendre, compter 45 mn, emprunter la A28 sortie 12, puis Buchy, Forges.

Vos accompagnateurs seront Eric et Claude

OCTOBRE 2012

Samedi 6 octobre 2012 – Saint Etienne-du-Rouvray

Gérard et J-Yves vous invitent à St Etienne-du-Rouvray pour une randonnée apéritive avant l'AG de la section.

Départ à 13h30 du parking de la Maison des Forêts Chemin des Cateliers pour un parcours de 9 km sans aucune difficulté. Ouverture possible et visite de la Maison des Forêts vers 16h00. Il sera très largement possible d'assister à l'AG à 18h30. 3 possibilités pour s'y rendre :

1 – Métro Station Technopole, Avenue Galilée sur 600 m, puis entrer dans le parking et prendre le chemin forestier sur 500 m.

2 - Bus Ligne 27 jusqu'à Arrêt Esigelec, entrer dans le parking et prendre le chemin forestier sur 500 m.

3 – Voiture : par la Sud 3 puis rocade Sud. Sortie : Technopole Madrillet Est – ZA du Madrillet. Au rond point prendre à gauche rue Isaac Newton tout droit jusqu'au 3^{ème} rond point. Prendre alors à droite rue des Cateliers puis le chemin des Cateliers

A l'issue de la randonnée Samuel et toute l'équipe du bureau de la section vous convient à **l'assemblée générale annuelle de notre section** qui aura lieu à **18h30** dans la salle ASPTT, 37B rue des Murs Saint-Yon, Rouen rive gauche, cette rue mène du Rond-point des Harkis (carrefour du boulevard de l'Europe avec l'avenue de Bretagne) à la place St Clément.

Cette assemblée sera suivie du pot de l'amitié et ensuite comme les autres années **un repas** vous est proposé : tartiflette savoyarde, fromage, dessert.

Pour les personnes intéressées, la participation est de **15 €** par personne pour les adhérents et **20 €** pour les non-adhérents. Le chèque de réservation libellé à l'ordre de l'ASPTT Rouen randonnée pédestre, est à envoyer **avant le**

Mardi 9 octobre, rando cool - Saint Etienne-du-Rouvray

Annie et Bernadette vous proposent une randonnée sans difficulté dans la **forêt de Saint-Etienne-du-Rouvray**. Rendez-vous pour un parcours de 9 km à **14 heures, face à la Maison des Forêts: chemin des Cateliers, technopôle du Madrillet**, suivre le fléchage.

Samedi 13 octobre - La Feuillie

Rendez-vous sur le parking de l'église à La Feuillie. Départ à 13h30 pour une boucle sans difficulté de **12,5 km**. Le parcours sera fonction de la météo. **Prévoir** éventuellement des bâtons pour la descente d'un petit raidillon. Vos accompagnatrices seront Françoise D et Maryse V

Mercredi 17 octobre 2012 - Saint-Germain-des-Essourts

Départ à **14 h du parking de l'école de Saint Germain des Essourts** pour une boucle d'environ **12 km**, avec nos amis de l'ARSAAH.

Sortir de Rouen par la RN31 direction Saint Jacques sur Darnétal. Après le hameau des Forgettes au rond point prendre la direction de Blainville-Crevon, puis Saint Germain-de- Essourts. Compter 25 à 30 minutes de Rouen. Vos accompagnatrices seront Nicole et Françoise.

Dimanche 21 octobre 2012 - Abbaye de Royaumont

Samuel et Michèle vous proposent une sortie en car à **l'abbaye de Royaumont** à Asnières sur Oise dans le Val d'Oise avec pique-nique apporté par vos soins.

Rendez-vous à 7h15 place du Boulingrin. Arrivés à Asnières sur Oise nous participerons à une visite guidée pendant 2h00 de l'abbaye, de son jardin médiéval etc...

L'après-midi vous suivrez Samuel sur une rando d'environ **9 à 10 km** autour de l'abbaye Retour à Rouen vers 19h00 Cette sortie est **réservée en priorité aux adhérents** au prix de **36 €**. Après la **date limite des inscriptions fixée au 15 août** et s'il reste des places dans le car nous accepterons la participation des non-adhérents au prix de **45 €** **Pour vous inscrire** envoyez un chèque libellé à l'ordre de l'ASPTT Rouen randonnée pédestre à Michèle LEBARBIER

Mardi 23 octobre 2012 - Amfreville-la-Mivoie

Rendez-vous **place de la mairie à Amfreville-la-Mivoie** Départ à **14h00** pour une boucle de 12 km entre coteaux et bord de Seine. Il y a une bonne montée au départ pour rejoindre le plateau. Compter 20mn pour vous y rendre au départ de Rouen Vos accompagnateurs seront Gérard et Maryse.

Dimanche 28 octobre 2012 -12ème Fête de la Châtaigne à Catenay

Nous vous proposons dans le cadre de la fête de la châtaigne à Catenay :

Une rando le matin organisée par l'association des randonneurs des 3 vallées. **Rendez-Vous à 8h45** parking près de la salle polyvalente (l'itinéraire pour y accéder est fléché) pour une rando de 11km

Une rando l'après-midi est organisée par le club ASPTT RANDO autour de Catenay. **Rendez-vous 14h00** à la salle polyvalente pour une boucle de 12km.

Pour déjeuner sur place, un sandwich+ dessert+ boisson à 7€ vous est proposé

Compte-tenu de l'affluence attendue à cette manifestation, **le nombre maximum de réservations, le midi, est limité à 20 pour notre groupe.**

Les personnes intéressées par cette formule de repas sont priées de s'inscrire auprès de Michèle Lebarbier au plus tard le samedi 18 octobre prochain en envoyant un chèque de 7 € multiplié par le nombre de personne libellé à l'ordre de l'ASPTT Rouen randonnée pédestre. Possibilité d'utiliser le **FORMULAIRE** réservé à cet effet pour ceux qui n'ont pas l'adresse de Michèle.

NOVEMBRE 2012

Dimanche 4 novembre 2012 – Yainville

Annie et Jean-Yves vous invitent à Yainville pour une randonnée en forêt et bords de Seine.

Le matin, départ à **9h15 précises** de la place de l'église à Yainville pour une boucle de 10 km en bord de Seine sans difficulté (1 petite montée).

Le midi, vers 12h, le pique-nique sera tiré des sacs moyennant consommations au Bar Le Relax (ouvert uniquement pour nous) situé en face de l'église.

L'après-midi, départ à **13h30** de la place de l'église à Yainville pour une boucle de 11 km en forêt (2 petites montées).

Pour vous rendre à Yainville au départ de Rouen, prendre la direction de Canteleu puis Duclair et après 4 km environ tourner à gauche en direction de Yainville. Compter 35 minutes.

Mercredi 7 novembre 2012 – Isneauville

Jeannette et Hubert vous donnent rendez-vous sur la **place de l'église d'Isneauville.**

Départ de la randonnée à 13h30 pour un parcours vallonné d'environ 12km

Samedi 10 novembre 2012 - Mont-de-l'If

Hubert et Jeannette vous donnent rendez-vous sur **le parking près de l'église ou mairie de Mont-de-l'If.** Départ de la randonnée à **13h45** pour une boucle de 11,5 km. Compter environ 25 min. du centre de Rouen en passant par Barentin puis direction Yvetot jusqu'à Croix-Mare où l'on prend à gauche la direction Mont de l'If.

Jedi 15 novembre 2012 - Bihorel - Rando cool

Annie et Bernadette vous proposent un parcours entre Bihorel et Rouen de 8 km sans difficulté. **Rendez-vous à 13h30 sur le parking situé derrière le centre commercial du "Domaine du Chapitre " à Bihorel.**

Jedi 15 novembre 2012 : Séjour Rando à Madère : Réunion d'information salle des Murs St Yon à 18h30. Voir Rubrique (cliquer) Séjours d'été dans le programme rando. Informations et coupon réponse

Dimanche 18 novembre 2012 – St Pierre-du-Vauvray - Rando Restaurant

Alain et Jean-Yves vous invitent à une randonnée à Saint-Pierre-du-Vauvray. Rendez-vous sur le parking de la Gare ou en face du restaurant le Teurgoule.

Le matin, départ de la Gare à **9h15 précises** pour une boucle de 12 km (2 montées)

Le midi, nous déjeunerons au restaurant « Le Teurgoule » situé en face de la Gare.

Au menu : Kir, Crudités, Bœuf bourguignon, Tarte normande, café, cidre, vin rouge et rosé inclus.

Le repas sera pris à **12h15** pour la somme de **13 €**. Possibilité **très limitée** d'apporter son repas moyennant les boissons.

Les inscriptions pour le repas devront parvenir à : Jean-Yves David 45, Rue Malherbe 76100 Rouen. @mail : jeanyvesdavid@orange.fr (tél.02 35 73 39 39) au plus tard **le vendredi 9 novembre** en envoyant un chèque de **13 €** libellé à l'ordre du **Restaurant Le Teurgoule.**

L'après-midi le rendez-vous est fixé à **14h00** sur le parking de la Gare pour une boucle digestive ultra plate de 12 km.

Pour se rendre à Saint-Pierre-du-Vauvray au départ de Rouen par la route nationale N°15 : Amfreville la-mi-voie, Pont de l'Arche, poursuivre vers Paris sur 10 km environ. Prendre sur la gauche la D77. Par l'autoroute : prendre la

Sud 3, sortir en direction de Pont de l'Arche (gratuit) ou Val de Reuil (payant) et reprendre la nationale. Compter 30 à 35 minutes du centre de Rouen.

Mardi 20 novembre 2012 - Mont-Cauvaire (modification le 13 novembre)

Samuel et Alain vous proposent une randonnée **de 9,5 km (au lieu des 14 km annoncés)** avec nos amis malvoyants **Prendre les bâtons car le terrain risque d'être boueux.**

Départ à 14h 00 près de la ferme communale et double four à pain de Mont-Cauvaire (Près de l'église). Pour vous y rendre : de Rouen passer par Isneauville, puis suivre la direction Bosc-Guérard-St-Adrien, puis direction Mont-Cauvaire. Compter 40 minutes.

Samedi 24 novembre 2012 – Duclair

Françoise et Maryse vous proposent une belle boucle vallonnée de 12 km en forêt du Trait-Maulévrier.

Départ à 13h30 du parking de la maison forestière de la Haye d'Yainville. Pour vous y rendre, en provenance de Rouen, après avoir dépassé l'office de Tourisme de Duclair (situé à gauche en bord de Seine), prendre immédiatement la 1ère rue à droite qui monte dans la forêt. Suivre la direction "parcours sportif". Face à la maison forestière, tournez à gauche, le parking est à une centaine de mètres.

DECEMBRE 2012

Dimanche 2 décembre 2012 - Croisy-sur-Andelle

Hubert et Jeannette vous donnent rendez-vous le matin à **Croisy-sur-Andelle sur le parking près de la mairie.**

Départ de la randonnée à 9 Heures.

Prévoir une petite demi-heure du centre de Rouen par la N31 (Darnétal, Martainville, Croisy). La randonnée du matin (12 km250) nous mènera de Croisy-sur-Andelle à La Feuillie où nous pourrons prendre notre pique-nique (tiré des sacs) au ""Café de la Place" moyennant la prise des consommations sur place.

L'après-midi: rendez-vous **sur la place de la Feuillie (près de l'église)**. Départ de la randonnée à **13H15**. Prévoir environ 35mn du centre de Rouen par la N31 (Darnétal, Martainville, la Haye, la Feuillie). La randonnée de l'après-midi (12km) nous mènera de la Feuillie à Croisy par un autre chemin.

Pour ceux qui ne feraient que l'après-midi, nous ferons en sorte de ramener les chauffeurs à la Feuillie pour récupérer les voitures.

Pour ceux qui ne feraient que le matin : s'organiser pour mettre une voiture à la Feuillie.

Mercredi 05 décembre 2012 - Saint-Jacques-sur-Darnétal

Départ à **13 heures 30** du parking de la **mairie de Saint-Jacques-sur-Darnétal** pour un parcours de 11 km.

Randonnée facile. Accompagnateurs : Nicole Toquard et Françoise Varin

Samedi 8 décembre 2012 - Franqueville-St-Pierre

Maryse et Marie-Laurence vous donnent rendez-vous à **Franqueville-St-Pierre sur le parking du cimetière**. Départ à **13h30** pour un parcours vallonné de 12 km. Un passage délicat peut rendre utile l'usage de bâtons. En cas de météo désastreuse, le parcours pourra être modifié.

Mardi 11 décembre 2012 - Boos

Rendez-vous sur le **parking de l'église de Boos**. **Départ à 14H00** pour une boucle de 10,5 km avec nos amis Malvoyants. Compter 25 minutes du centre de Rouen au point de rendez-vous.

Vos accompagnateurs seront Samuel et Gérard.

Jedi 13 décembre 2012 - Bois-Guillaume - Rando cool

Annie et Bernadette vous proposent un parcours ville et forêt de 9 km sans difficulté sur **Bois-Guillaume**. Rendez-vous à **13h30 sur le parking du centre commercial "Les Bocquets" côté station service**, Avenue de l'Europe.

Dimanche 16 décembre 2012 - Duclair

Marylin et Eric vous convient à **Duclair** pour deux randonnées sans grande difficulté.

Nous partirons de la **place du Général de Gaulle (place de la mairie) le matin à 9h30**, pour un parcours de 10 km, nous nous dirigerons vers Yainville par la forêt de Jumièges avec retour par la forêt de Maulévrier.

L'après-midi, départ à **13h30 du même endroit**, pour 11km nous suivrons le cours de l'Austreberthe avant de nous élever sur le plateau de Saint-Pierre-de-Varengeville, puis nous rejoindrons la Seine par le bois de la Fontaine pendant 11 km Le pique-nique sera pris au café Le Voltigeur au 81 place du Général de Gaulle.à Duclair

Mardi 18 décembre 2012 - Fontaine le Bourg

Alain et Gérard vous donnent rendez-vous sur le **parking devant la boulangerie à 13h30** pour une petite randonnée d'hiver de 10 km dans les hameaux du village, (2 petites cotes).

Samedi 22 décembre 2012 - Les Essarts

Samuel et Sylvie vous proposent une randonnée sans grande difficulté de 11 km dans la forêt des Essarts. **Rendez-vous à l'église des Essarts pour un départ à 13h30.** Compter 30 minutes de Rouen Centre.

Samedi 29 décembre 2012 - Saint-Léger-du-Bourg-Denis

Eric et Claude vous donnent rendez-vous à **13h15 au parking de la mairie de St-Léger-du-Bourg-Denis** pour une boucle de 12 km avec une côte pour seule difficulté.