

ANNÉE 2013

JANVIER

Samedi 5 janvier 2013 27ème rallye Paris-Tour Eiffel organisé par le Godillot Familial et la Mairie de Paris. Pour en savoir plus et s'inscrire voir Programme rando - Journées Partenaires. **Inscription avant le 15 novembre 2012.**

Jeudi 10 janvier 2013 - Franqueville-Saint-Pierre - Rando cool

Annie et Bernadette vous proposent un parcours sans difficulté de 7 km autour de Franqueville- Saint-Pierre. Rendez-vous à **13H30 sur le parking de la Mairie de Franqueville.**

Dimanche 13 janvier 2013 La Petite Bouverie Rouen - Rando-galette

Le matin : **rendez-vous à 9h00 à la Petite Bouverie** pour une rando d'environ 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 municipale 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 de société. Projections des séjours. **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 €**. Pour vous rendre à la petite Bouverie: à partir de Rouen prendre le tunnel de la A28, prendre la première sortie Bihorel. **S'inscrire même si vous ne venez qu'à la galette. Date limite : 31 décembre 2012. Formulaire d'inscription (cliquer)**

Mercredi 16 janvier 2013 – Hénouville

Rendez-vous sur le **parking de la mairie d'Hénouville**. Départ à **13h30** pour une boucle de 10 km avec une petite difficulté. Compter 30 minutes de Rouen. (Prendre Autoroute direction Barentin. Sortie la Vaupallière.) Vos accompagnateurs seront Samuel et Jean-Yves

Samedi 19 janvier 2013 – Quincampoix

Rendez-vous à **Quincampoix au parking des feux tricolores route de Neufchâtel**

Départ à **13h30** pour un parcours de 10 km sans difficulté Vos accompagnatrices seront Jacqueline et Nicole D.

Dimanche 27 janvier 2013 – Barneville-sur-Seine - Rando Pot-au-feu

Gérard et Jean-Yves vous invitent à une randonnée panoramique dans les bois et en bord de fleuve à Barneville-sur-Seine. Rendez-vous 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 **14 € tout inclus**. Pour ceux qui le souhaitent, possibilité **limitée** d'apporter son repas moyennant les boissons.

Les inscriptions pour le repas devront parvenir pour le **vendredi 18 janvier au plus tard** en envoyant un chèque de **14 €** 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 11,5 km (1 seule montée donc 1 descente).

Mardi 29 janvier 2013 – Oissel

Gérard et Jean-Yves vous invitent à Oissel pour une randonnée en forêt. **Départ à 14h00 de l'Hôpital de Oissel** pour une boucle de 12 km en forêt sans aucune difficulté. **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 en venant de Sotteville/St Etienne, tourner à droite à l'entrée de Oissel.

FEVRIER

Samedi 2 février 2013 - Duclair - Rando vin chaud

Sylvie et Samuel vous donnent rendez-vous à **Duclair sur le parking face à la maison du Tourisme** pour un départ à **13h30**. Randonnée de 10,5 km. A l'issue de cette randonnée, nous partagerons un vin chaud.. Compter 35mn de Rouen en passant par l'A150 puis St Pierre de Varengueville.

Mercredi 6 février 2013 - Saint-Jean-du-Cardonnay.

Alain et Gérard vous donnent rendez-vous à **St Jean du Cardonnay, sur le parking situé à droite 100 mètres après l'église**, pour une randonnée de 12 km. Le départ se fera à **13h30** précises.

Quelques montées et descentes sont au programme.

Compter 25 minutes du centre de Rouen rive droite en empruntant l'A150, sortie n° 2.

Vendredi 8 février 2013 – Séjour d'été dans le sud de la Sarthe du 20 au 27 juillet 2013

Date limite d'inscription **vendredi 8 février**. Consulter la rubrique *Programme rando - Séjours d'été* sur le site internet

Dimanche 10 février 2013 - Belbeuf Saint-Adrien.

Marylin et Guy vous donnent rendez-vous, pour un départ à **8h45** précises à **Belbeuf -St Adrien sur le parking P2 du "Moulin Rose"** (accès par la D6015), pour une boucle de 12 km avec 2 belles montées.

Les repas seront tirés des sacs dans la salle du château d'Ymare

L'après-midi nous partirons à **13h30 depuis le parking de la Mairie d'Ymare** pour une boucle de 12 km sans difficulté.

Mercredi 13 février 2013 - rando cool - Rouen-Darnétal.

Annie et Bernadette vous proposent un parcours de 7,5 km à Rouen et Darnétal.

Rendez-vous à **14h00** sur le parking du LIDL 93, route de Darnétal à Rouen. Le magasin ne se voit pas de la rue car il est situé en contrebas.

Par bus, prendre le TEOR ligne 3 et descendre à « Deux Rivières ».

En voiture, en venant de la place St Hilaire tourner au 6ème feu tricolore, juste avant la station de bus les « Deux Rivières », dans la rue qui descend puis remonte à gauche vers LIDL.

Pensez à garer votre véhicule au fond du parking pour laisser aux clients les emplacements les plus près de l'entrée du magasin.

Samedi 16 février 2013 - Saint-Paer.

Rendez-vous sur le **parking de l'église de St Paër à 13h30** pour une randonnée d'hiver de 12 km sur petites routes de campagne et chemins forestiers (pas de grosse difficulté).

Compter 45mn de Rouen en passant par l'A150 puis St Pierre de Varengueville.

Mardi 19 février 2013 – Houpeville - Avec nos amis non-voyants.

Rendez-vous sur le **parking de l'église d'Houpeville** pour un départ à **14h00** pour une boucle de 10 km avec nos amis non-voyants. Vos accompagnateurs: Véronique et Samuel

Compter 30mn du centre de Rouen au point de rendez-vous

Samedi 23 février 2013 - Saint-Saëns.

Marie-Laurence et Samuel vous convient à **St Saëns** pour une randonnée de 10 km, sans difficulté, en forêt d'Eawy.

Rendez-vous sur la **place de l'église pour un départ à 13h30**. Compter 35mn du centre de Rouen en prenant l'A28.

MARS

Samedi 2 mars 2013 - Saint-Ouen-de-Thouberville forêt de la Londe

Eric et Claude vous invitent à une randonnée de 14 km en forêt de la Londe. Départ à **13h15 du parking de la mairie de Saint Ouen de Thouberville**, à gauche à l'entrée de la commune. Compter 30 mn de Rouen par l'autoroute A13 sortie Maison Brûlée.

Mercredi 6 mars 2013 - Perriers-sur-Andelle forêt de Lyons

Jacqueline (06 74 13 76 66) et Alain vous proposent une randonnée de 10 km sans difficulté à partir de **Perriers-sur-Andelle**. Rendez-vous et départ à **14h00 sur le parking du gymnase et complexe sportif**. Pour vous y rendre, de Perriers prendre la D18 (rue de l'église) direction Les Hogues, Lyons la Forêt. Le parking se trouve à la sortie du village.

Dimanche 10 mars 2013 - Le Trait - Notre-Dame-de-Bliquetuit

Hubert et Jeannette vous donnent rendez-vous **le matin au centre du Trait sur le parking à droite en face du café-brasserie "Le Central"** (voir les pancartes Gendarmerie, Centre Administratif, Tennis).

Départ à 9h00 pour une randonnée de 11km. Compter environ 35 minutes du centre de Rouen.

Le café "Chez Murat" nous accueillera vers midi moyennant la prise de consommations (café situé à 100 m du lieu de rendez-vous à gauche dans la rue principale).

Pour **l'après-midi** le rendez-vous est donné sur le **parking de la Maison du Parc à Notre-Dame-de-Bliquetuit** (rive gauche de la Seine en face du Trait). Pour ceux qui feront le matin, nous irons en voiture en passant par le Pont de Brotonne (un petit quart d'heure). Pour ceux qui viendraient par la rive gauche l'après-midi compter 45 minutes du centre de Rouen. **Départ** pour une randonnée de 12,5km à **13h30**.

Mercredi 13 mars 2013 - rando cool - Fresne-le-Plan

Annie et Bernadette vous proposent un parcours de 7 km à **Fresne le Plan**

Rendez-vous à **14h00 sur le parking près de l'église**

Samedi 16 mars 2013 – Heurteauville - NOUVEAU LE SAMEDI

Guy et Jean-Yves vous proposent une balade de la journée avec restaurant à partir d'**Heurteauville** en forêt et bord de Seine avec vues imprenables sur l'abbaye de Jumièges et les méandres de la Seine.

Le matin départ à 9h15 très précises d'Heurteauville près de l'embarcadère du bac pour une randonnée de 11,5 km rive gauche forêt de Brotonne et Seine (1 montée).

Le midi nous déjeunerons à **12h00** au Restaurant Le Passage à Heurteauville près du bac. Au menu : Soupe au Camembert (spécialité), Bœuf bourguignon maison, Gâteaux de Fabienne maison, café ou thé, vins rouge, rosé, blanc et cidre. Prix : **16,50€**. Chèque à l'ordre du Restaurant «Le Passage» à envoyer **impérativement avant le vendredi 8 mars**. Le nombre de places dans le restaurant est limité à 28 convives. Ne tardez pas car les inscriptions se feront dans l'ordre d'arrivée et pas au-delà du **vendredi 8 mars**.

L'après-midi, après une courte traversée en bac, **départ à 14h15** pour une randonnée rive droite coté Jumièges de 11 petits km avec 1 très légère montée.

Mardi 19 mars 2013 - Jumièges avec nos amis non-voyants

Martine et Jacqueline vous invitent à une randonnée de 10km sans difficulté (une seule côte) à partir de Jumièges.

Rendez-vous à **14h15 sur le parking de l'abbaye de Jumièges**

Dimanche 24 mars 2013 - Rando de nuit (Foyers ruraux)

20^{ème} randonnée pédestre départementale de nuit organisée par la Fédération Départementale des Foyers Ruraux de Seine Maritime, si vous êtes intéressés par cette manifestation, **consultez** le site internet **rubrique Manifestations Partenaires vous y trouverez toutes les informations et le bulletin d'inscription**. Date limite des inscriptions le **18 mars 2013**

Dimanche 24 mars 2013 – Oissel

Guy et Marie-Laurence vous donnent rendez-vous à **13h30, à Oissel sur le parking du Palais des Congrès** (face à la piscine), pour une boucle de 12km, sans grande difficulté.

Samedi 30 mars 2013 - La Bouille

Départ à **13h45 depuis le parking situé à côté du bac de la Bouille** (côté rive gauche) pour une boucle de 12 km. Annie et Maryse vous accompagneront durant ce parcours varié entre forêt et bords de Seine.

AVRIL

Mercredi 3 avril 2013 - Randonnée en Forêt Verte - Bois Guillaume

Véronique et Jacqueline vous donnent rendez-vous à **14h00 au Parking de la Bretèque** face à la maison forestière du Grand Canton pour un parcours de 11 km sans grande difficulté excepté une montée.

Pour vous y rendre en provenance de Rouen centre compter environ 30 mn. Traverser Bois Guillaume. A la sortie prendre la direction Bosc Guérard Saint Adrien pour rejoindre à l'entrée de la Forêt Verte le lieu-dit La Bretèque. Le parking, difficilement visible de la route, est situé à gauche sur la D3 à coté de la maison forestière du Grand Canton à la sortie de ce lieu-dit.

Dimanche 7 avril 2013 - Saint-Pierre-de-Varengeville

Martine et Gérard vous invitent à randonner au départ de **St Pierre de Varengeville** sur deux boucles entre forêt et bord de Seine. Rendez-vous sur la **place de l'église**.

Le matin, départ à **9h00** pour une boucle de 11,5 km avec une bonne montée.

L'après midi, départ à **13h30** du même endroit que le matin, pour une boucle de 14 km en passant par Duclair avec un panorama superbe sur la Seine. Ce parcours comporte également une belle montée.

Le midi, pique nique pris au café l'Absinthe moyennant la prise de consommation.

Compter 35 minutes du centre de Rouen rive droite en empruntant l'A150, sortie n°2.

Mercredi 10 avril 2013 - Les petits carnivores de nos campagnes

Maison de la Chasse et de la Nature route de l'Etang à Belleville-en-Caux. Journée de sensibilisation sur le thème de la faune sauvage et de l'environnement : "Les petits carnivores de notre campagne"

Programme de la journée :

- 9h15 - Accueil des participants
- 9h30 à 12h00 en salle
- 12h00 à 13h30 - Déjeuner
- 13h30 à 16h00 - Rando observation

Tarif : 15 € (participation au repas)

Programme et Formulaire d'inscription à la journée de sensibilisation (cliquer) à retourner avant le **vendredi 5 avril 2013** à : Comité Régional de la Randonnée Pédestre Hte Normandie - Emilie LEMIRE - 43, Quai du Havre 76000 Rouen. **Le nombre de participants est limité**

Jeudi 11 avril 2013 - Rando Cool – Barentin

Annie et Bernadette vous proposent un parcours culturel de 9 km à Barentin

Rendez-vous à 14h15 place du Commandant Emile Duboc en face du magasin MUTANT

Pour y accéder en venant de Rouen : descendre dans le centre de Barentin, aller jusqu'à la Mairie par la rue Leseigneur, prendre à gauche la direction de Villers et, 300 m plus loin tourner à gauche au panneau « parking du Cdt Duboc » dans une avenue qui vous ramènera en arrière vers la Mairie.

Samedi 13 avril 2013 - La Haye-de-Routot

Marie-Françoise et Claude vous proposent une randonnée à **La Haye de Routôt** pour un parcours de 13 km environ. Rendez-vous à **13h30** sur le parking **en face des ifs millénaires. Départ à 13h45.**

Mardi 16 avril 2013 - Bois d'Ennebourg

Samuel et Alain vous invitent à randonner au départ de Bois d'Ennebourg. Rendez-vous sur la place de l'église pour un départ à 14h00. Parcours de 12 km sans difficulté

Samedi 20 avril 2013 NOUVEAU LE SAMEDI – Amfreville-sur-Iton

Nous débuterons la journée dès **9H00 parking de l'église d'Amfreville sur Iton** (à environ 35 minutes de Rouen) par une randonnée de 11 km. Après nous être restaurés au café **Le Corona à Acquigny** (pique-nique tiré des sacs), nous repartirons à **13h30 du parking de la gare d'Acquigny** pour une boucle de 11 km. Vos accompagnateurs : Claude H et Eric

Dimanche 21 avril 2013 – 25ème rando de la Côte fleurie – Caen-Villers

Tous les détails : [Consulter la rubrique partenaires](#) (cliquer)

Mardi 23 avril 2013 - Belbeuf avec nos amis non voyants

Maryse et Gérard vous invitent à une randonnée de 12 km avec quelques difficultés (2 bonnes côtes) à partir de **Belbeuf**. Rendez-vous et départ à **14h00 du parking situé au centre de la commune** à droite après la mairie. Pour vous y rendre, compter au maximum 30 minutes du centre de Rouen.

Vendredi 26 avril 2013 - Salle St Yon ASPTT - Réunion d'information séjour à Jupilles (Sarthe)

Les personnes inscrites au séjour à Jupilles (Sarthe) du 20 au 27 juillet 2013 sont invitées à participer à la réunion d'information qui aura lieu au club-house de l'ASPTT rue des Murs St Yon à Rouen à 18 h le vendredi 26 avril 2013. Pour tout renseignement contacter Michèle

Samedi 27 avril 2013 – St Wandrille-Rançon

RDV **sur le parking de la poste** (en bordure de la D22) à **St Wandrille Rançon** juste avant l'église paroissiale. Départ à **14h00** pour un parcours de 12 km. Françoise et Maryse seront vos accompagnatrices.

MAI

Jeudi 1er mai - Rallye pédestre

Toutes les explications dans la [rubrique Journée festives](#). (cliquer)

Dimanche 5 mai 2013 – La Ferrière sur Risle

Guy et Jean-Yves vous invitent à une randonnée champêtre autour de **La Ferrière sur Risle**. Rendez-vous le matin à 9h15 (exceptionnel du fait de l'éloignement) **sur le parking de La Halle près de l'église** pour une boucle de 12 km autour de La Ferrière et Champignolles.

Le midi le pique-nique sera sorti des sacs sous la Halle avec possibilité de replis dans un café.

L'après-midi, départ à **13h45 du parking de La Halle** pour une boucle de 13 km en forêt et sur les bords de la Risle.

Pour se rendre à la Ferrière sur Risle au départ de Rouen, prendre Sud 3, sortie Maison Brûlée Bourgtheroulde, Saint-Pierre-du-Bosguérard, La Haye-du-Theil, Le Neubourg, Beaumont-le-Roger et La Ferrière sur Risle. Compter environ 1h10 de route.

Dimanche 5 mai 2013 - Journée départementale de la randonnée pédestre Abbaye de Gruchet le Valasse

Consulter [Rubrique Partenaires](#) (cliquer)

Nombreux départs inscriptions et petit déjeuner à partir de 8h30. Plusieurs kilométrages entre 10 et 25 km avec départs entre 9h00 et 10h00 le matin et 13h30 et 14h00 l'après-midi. Possibilité de visiter l'abbaye à 10h30 et 16h00. Possibilité de restauration sur place ou pique-nique tiré du sac

Mardi 7 mai 2013 : St Pierre de Manneville avec nos amis non voyants

Samuel et Alain vous donnent rendez-vous sur le **parking de l'église de Saint Pierre de Manneville**. Départ à **14h00** pour une boucle de 13 km entre forêt et bord de Seine.

Mercredi 8 mai 2013 : Le Trèfle en Forêt d'EU

Consulter [rubrique partenaire](#)

Les Infatigables de la Bonne Entente (IBE) vous invitent à leur traditionnel **Trèfle à 4 feuilles** dans la forêt d'Eu pour 1, 2, 3 ou 4 boucles de 12,5 km au départ **d'Aubermesnil aux Erables**. Pour vous y rendre, au départ de Rouen, prendre A28 vers Abbeville, sortie n° 6 vers Foucarmont, prendre la D16 en direction d'Aubermesnil aux Erables. Frais de participation : **3 € Accueil à partir de 7h30**.

Samedi 11 mai 2013 – Mortemer

Hubert et Jeannette vous donnent rendez-vous près de l'Abbaye de **Mortemer** pour un parcours vallonné de 13 km ; départ de la rando à **14h00**

Compter environ 50 minutes du centre de Rouen en passant par Fleury-Sur-Andelle, Charleval, Touffreville, Lisors (pancartes Abbaye de Mortemer).

Le parking de l'Abbaye étant réservé pour les visiteurs, en arrivant à l'Abbaye prendre à gauche la direction Lyons-la-Forêt jusqu'au **parking du carrefour de la Croix-Vaubois (à 500 m)**.

Dimanche 12 mai 2013 Rando challenge à Mesnil s/s Jumièges

Accueil à la base de loisirs à 9h30 (se présenter une demi-heure avant l'heure de départ)

Deux niveaux « Expert » réservé aux licenciés 14 km départ **10h00**

« Découverte » débutants 10km départ **10h30**.

Equipe de 3 à 5 personnes tarif 10€ par équipe **Pré inscription obligatoire avant le 30 avril**

Bulletin inscription à télécharger sur notre site rando ASPTT ou sur demande à Michèle

Mercredi 15 mai 2013 Montigny - Rando cool

Annie et Bernadette vous proposent un parcours de 8 km, essentiellement en forêt. Rendez-vous au **parking de l'église de Montigny route d'Hénouville (D86)** pour un départ à **14h00**.

Week-end Pentecôte 18-19 et 20 mai 2013

[Voir rubrique Séjour d'été](#)

Mercredi 22 mai 2013 : Clères

Alain et Gérard vous donnent rendez-vous sous la **halle de Clères** pour une rando de 13 km avec 2 difficultés. Départ **14h00** précises.

Jeudi 23 mai 2013 - Réunion calendrier

La réunion a lieu à la Maison de Quartier Saint-Clément 180 Rue Saint Julien 76100 Rouen.
La maison se situe à l'angle de la Rue St Julien et de l'Allée des Pépinières

Samedi 25 mai 2013- Hautot sur Seine (rive droite).

Marie-Françoise et Claude vous donnent rendez-vous sur le **grand parking près de l'église.**

Départ à **14h00** précises pour un parcours d'environ 13 km avec une grimpe courte au début, et une montée sympa près d'une borne royale.

JUIN

Dimanche 2 juin 2013 (randonnée méchoui)

Tous les détails : Consulter la Rubrique les Journées festives

Mardi 4 juin 2013 - Mesnil-sous-Jumièges avec nos amis non voyants

Jacqueline et Alain (06 86 59 28 70) vous invitent à randonner autour de Mesnil s/s Jumièges sur un parcours de 11km sans difficulté. Départ à **14h15** du parking de la base de Plein air de Mesnil s/s Jumièges.

Samedi 8 juin 2013 - Etretat (journée)

Hubert et Jeannette vous donnent rendez-vous à **9h00 à Etretat**, pour une randonnée au bord de mer (mer et campagne) de 11 km le matin et 11 km l'après-midi.

Lieu de rendez-vous : parking à la sortie d'Etretat sur la route du Havre (à droite le long de la route ou sur le parking à droite au-dessus de la route ; celui de gauche est payant, 3 € la journée).

Organisation de la journée : nous prendrons l'autobus à **9h22** sur la place de la mairie (à peine 10 minutes à pied du parking) pour aller à **Yport** (coût du transport : 2 € ; durée 20 minutes). Ensuite nous reviendrons à Etretat par le sentier côtier.

Les pique-niques seront tirés des sacs sur la plage d'Etretat ou sur la falaise (monument Nungesser et Coli) L'après-midi randonnée vallonnée de 11 km en boucle à partir de la **plage d'Etretat** (campagne puis sentier côtier).

Compter au maximum 1h30 de Rouen centre à Etretat suivant le trajet choisi : Yvetot – Bolbec – Goderville – Criquetot – Etretat ou Yvetot – Fécamp – Etretat (plus rapide).

Pour ceux qui voudraient nous rejoindre l'après-midi : **départ de la plage d'Etretat, côté casino, vers 13h30**
Pour nous contacter en cas de besoin le 8 juin.

Mardi 11 juin 2013 - Aizier avec les randonneurs de l'ASPTT d'Albi qui visitent notre région.

Jeannette et Hubert donnent rendez-vous, pour ceux qui voudraient pique-niquer, à partir de 12h00 sur **l'aire de pique-nique d'Aizier** au bord de la Seine (descendre à droite de l'église) pour une boucle d'environ 11 km (Aizier, Vieux-port, Trouville-la-Haule) (chaumières). Le départ de la randonnée sera à **14h00**.

Pour aller à Aizier compter environ 1 heure du centre de Rouen en passant par Duclair, Le Trait, passer par le Pont de Brotonne, St Nicolas de Bliquetuit, Vatteville La Rue.

Par la rive gauche, et l'autoroute A13 jusqu'à la sortie 26 (Pont-Audemer) puis direction Bourneville compter 40 minutes (ou par la N175 Bourg-Achard, Bourneville, 50 minutes).

Mercredi 12 juin 2013 – Madère

Départ du groupe de 14 randonneurs pour un séjour rando à Madère. Retour le mercredi 26 juin.

Mercredi 12 juin 2013 - Poses - rando cool (journée) Visite du site BIOTROPICA , serre Zoologique tropicale et circuit découverte à l'extérieur.

Annie et Bernadette vous proposent une journée de détente à Poses. Rendez-vous à **9h sur le parking du barrage de Poses, (rive gauche de la Seine)**. Le matin un parcours de 8 km par le chemin de halage, avec passage au parking pour récupérer vos pique-niques, que nous mangerons sur les tables de la base de loisirs près des serres de BIOTROPICA, ou sous le kiosque en cas de pluie . Pour ceux qui le souhaitent possibilité de prendre un repas au restaurant la Canopée à l'intérieur de la serre tropicale, menu du jour à partir de 13,90 €.

Après-midi: **vers 14 heures** entrée dans la serre pour une visite libre, tarif individuel 12 €, mais si 20 personnes au moins, tarif groupe à 9 €. Pour l'ensemble de la visite, intérieur et extérieur, il faut compter environ 2 h30. Retour aux voitures, environ 30 minutes.

Si des personnes souhaitent ne venir que l'après midi, possibilité de se garer sur la base de loisir, mais parking payant, 4 € quelque soit la durée.

Mercredi 19 juin 2013 – Val de Saône

Véronique et Bernadette vous donnent rendez-vous à **14h00 sur le parking de l'église** pour une boucle de 13 km sans grande difficulté. Pour vous rendre à Val de Saône compter 45 mn du centre de ROUEN.

Samedi 22 juin 2013 – Cailly

Alain et Samuel vous donnent rendez-vous pour un départ à **14h00 devant la salle des fêtes de Cailly** pour une randonnée de 15 km sans difficulté. Tel : Alain 06.86.59.78.70

Dimanche 30 juin 2013 - Rocques (Calvados) dans la vallée de la Paquine

Maryse V et Guy vous donnent rendez-vous à **8h45 sur le grand parking, derrière le restaurant « Caen-Paris » à la Maison Brûlée** (sortie 24 de l'autoroute A13) pour un regroupement. Ensuite, nous nous rendrons sur le parking de la Mairie de Rocques, près de l'église, à environ 3 km d'Hermival-les-Vaux. Chaque conducteur se verra remettre l'itinéraire de la route. Vers **10 h00**, nous partirons à pied pour une boucle de 22 km, dans la vallée de la « Paquine », découverte de ses bois, ses petits chemins encaissés et ses châteaux. Le déjeuner sera tiré des sacs

JUILLET

Samedi 6 juillet 2013 - Sainte Gertrude

Sylvie et Samuel vous donnent rendez-vous pour une randonnée de 12 km en forêt du Trait-Maulévrier où vous pourrez découvrir un arbre aux formes insolites « Le Hêtre Serpent »

Rendez-vous sur **l'aire de pique-nique près de l'église de Sainte Gertrude**. Départ **14h00**.

Dimanche 7 juillet - Balade des 3 vallées

Rendez-vous à **9h00 Place Flaubert à Ry** devant l'Office du Tourisme

Possibilité de ravitaillement à Ry (tous commerces)

PROGRAMME : Randonnée d'une journée en boucle (22 km). Les pique-niques seront tirés du sac sur le site de l'Archéo à Blainville-Crevon. Cette randonnée va vous permettre de découvrir le Pays de Madame Bovary.

A Ry, nous traverserons le Crevon puis nous nous dirigerons vers le Hameau de l'Epinay; le GR 25 nous emmènera ensuite à Catenay, Crevon et Houlmesnil. Après le pique-nique sur le site du château de Blainville-Crevon rendu célèbre par l'archéo-jazz, d'autres sentiers nous ramèneront à Ry.

Une dégustation « Terroir » sera proposée par l'office de Tourisme des Trois Vallées à l'issue de la randonnée, à Ry.

Participation : 2,50 €. (Inscription sur place)

Samedi 20 juillet 2013 - Rouen sur Mer.

Randonnée 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 à la tente d'accueil (rive gauche).**

Rendez-vous à **11h pour inscription**, retour 18 h. Les pique-niques seront tirés du sac. Accompagnateurs : Samuel), Alain, Annie, Jacqueline, Marie-Laurence et Sylvie.

Dimanche 28 juillet 2013 - Mers les Bains

Marylin et Claude vous donnent rendez-vous sur le **parking de Mers les Bains avenue du 18 juin 1940, départ de l'Office de tourisme à 9h45**, pour une randonnée en boucle de 21 km. Les repas seront tirés des sacs sur le parcours

Pour vous y rendre, compter 1h30 mn de Rouen par l'autoroute A28 sortie n°5 Eu Le Tréport, puis Gamaches, Eu.

Penser au covoiturage.

AOÛT

Samedi 3 août 2013 Montfort sur Risle

Marie-Laurence et Maryse vous donnent rendez-vous à **13h45 sur le parking de la poste de Montfort sur Risle** (sur la droite après l'église). Nous partirons pour une randonnée vallonnée de 13 km.

Samedi 10 août 2013 Condé sur Risle

Marie-Françoise et Claude vous donnent rendez-vous à **Condé sur Risle sur le parking face aux écoles**

Rendez-vous à **13h45** pour une rando de 14,5 km.
Pour s'y rendre, direction Bourgtheroulde puis Montfort sur Risle et Condé sur Risle

Samedi 17 août 2013 Rebets

Martine et Samuel vous donnent rendez-vous à **Rebets près de l'église** pour une randonnée de 14 km avec un léger dénivelé. **Départ 14 h**. Compter 45 mn de Rouen en passant par Blainville Crevon.

Dimanche 25 août 2013 St Valéry en Caux (Journée)

Maryse et Gérard vous donnent rendez-vous à **9h00** au **parking face à l'église de Neville** pour une randonnée à la journée de 25km environ en campagne et bord de mer autour de St Valéry en Caux.

Les pique-niques seront tirés des sacs sur la plage de St Valéry en Caux.

Pour se rendre au point de rendez-vous, prendre la D6015 direction Le Havre puis à Croixmare la Direction St Valéry en Caux. Quelques kilomètres avant St Valéry en Caux, tourner à gauche pour rejoindre Neville.

Compter 45 minutes du centre de Rouen.

Samedi 31 août 2013 Les parcs et jardins de la rive sud de la Seine.

Guy et Jean-Yves vous proposent avant l'AG de la section une petite randonnée de 9 km sans difficultés. Le rendez-vous est fixé sur le **parking du Hangar 106** sur les quais rive gauche. Accès par le boulevard Jean de Béthencourt.

Départ exceptionnellement à 13h45. Fin prévue vers 16h30, l'AG étant à 18h30.

SEPTEMBRE

Mercredi 4 septembre 2013 - St Pierre de Varengueville

Martine et Gérard vous donnent rendez-vous **place de l'église de St Pierre de Varengueville** pour une boucle de 11,5 km avec une bonne montée.

Départ de la randonnée à 14h00

Dimanche 8 septembre 2013 - 24^{ème} Journée de la Randonnée - Journée partenaire

Caumont, dans l'Eure, situé près de la Bouille sera le point de départ de la 24^{ème} Journée de la Randonnée Plusieurs randonnées sont organisées **Randonnées pédestres** de 5 à 25 km.

Inscriptions : 2 euros/personne pour la majorité des randonnées.

Organisée par le Parc avec la commune, les associations et les fédérations de randonnées.

Pour plus de renseignements consulter la rubrique **Journées Partenaires**.

Télécharger le dépliant : **Dépliant de la journée de la rando**

Mercredi 11 septembre 2013 - Rando cool - Fresne le Plan

Annie et Bernadette vous proposent un parcours de 7 km à **Fresne le Plan**. Rendez-vous à **14h sur le parking près de l'église**

Samedi 14 septembre 2013 Abbaye du Bec Hellouin

Annie et Claude vous invitent à participer à une randonnée en boucle de 12 km au départ de **l'abbaye du Bec Hellouin**. **Le départ est fixé à 13h45**.

Compter 45mn de Rouen, en passant par Bourgtheroulde.

Mardi 17 septembre 2013 - Bois d'Ennebourg avec nos amis non voyants

Départ à **14 h de la mairie de Bois d'Ennebourg** pour une rando d'environ 11km.

A la sortie de Rouen prendre la RN31 direction Darnétal, puis Saint-Jacques-su- Darnétal. Traverser le village de Saint-Jacques et prendre la RD 43

Accompagnatrices Nicole Toquard et Françoise Varin

Dimanche 22 septembre 2013 – Les Andelys.

Guy et Jean-Yves vous invitent à une randonnée panoramique au **Petit Andelys**.

Le rendez-vous est fixé au Petit-Andelys près de l'église Saint-Sauveur. **Parking tout autour de la place.**

Départ à 9h00 pour une boucle de 10 km très vallonnée (3 montées dont 2 raides- GR2). Panoramas sur la vallée de la Seine et sur Château Gaillard. Parcours secondaire possible en cas de pluie.

A midi les pique-niques seront sortis des sacs en bordure de Seine sauf intempéries.

L'après-midi, départ à 13h45 pour une boucle de 10 km (2 montées classiques). Circuit en ville, collines et Château-Gaillard. Panoramas.

Pour se rendre aux Andelys, compter 45 à 50 minutes à partir de Rouen. ATTENTION, pour ceux qui viennent par la rive gauche le pont suspendu des Andelys est fermé pour travaux théoriquement du 17 juin au 13 septembre (les Andelys et le Petit-Andelys sont sur la rive droite). Consulter le site internet du club avant de partir.

Samedi 28 et dimanche 29 septembre 2013 - Virades de l'Espoir - Journée Partenaire

Les Virades de l'Espoir à la salle des fêtes de Saint-Pierre-de-Varengeville

Samedi : randonnée de 14 kms animée par l'ARRP. **Départ à 13h30**

Dimanche : 3 randonnées animées par l'ARRP et l'ARPV:

Départ à 10h00 pour 6 et 25 km. **Départ à 14h00** pour 12 km

OCTOBRE

Mercredi 2 octobre 2013 – Grainville-sur-Ry

Jacqueline et J-Yves vous invitent à **Grainville sur Ry** pour une rando de 13 km sans difficulté (1 seule montée) Rendez-vous sur le **parking de la Mairie** et départ à **14h00 précises**

Pour s'y rendre prendre la direction de Gournay via Darnétal et à Martainville tourner à gauche en direction de Grainville. Compter 35 minutes du centre de Rouen.

Samedi 5 octobre 2013 - Sortie en car Fontainebleau

Rendez-vous pour les personnes inscrites à **7h45 place du Boulingrin à Rouen**

Retour vers 21h00 au même endroit

Pique-nique apporté par vos soins de 13h00 à 13h45

L'organisation précise de cette sortie vous sera détaillée dans le car.

Mercredi 9 octobre 2013 - Rando cool - Mesnil-Raoul.

Annie et Bernadette vous proposent un parcours de 9 km.

Rendez-vous à **14 heures sur le parking de la mairie de Mesnil-Raoul.**

Samedi 12 octobre 2013 - Saint-Pierre-du-Vauvray

Départ du parking de la mairie de Saint-Pierre-du-Vauvray à 14h00 pour une boucle de **11 km** qui nous fera découvrir de forts jolis panoramas sur la Seine, Louviers et la vallée de l'Eure. Accompagnateurs : Eric et Samuel

Dimanche 13 octobre 2013 - Semi-Marathon de Rouen

En raison de la fermeture du pont Mathilde le semi-marathon de Rouen est réduit à une épreuve de 10 km avec un départ et une arrivée à l'Hôtel de Ville.

Comme tous les ans l'organisation de cette épreuve nécessite un nombre important de bénévoles en tant que signaleurs ou ravitailleurs, il sera donc fait comme d'habitude appel aux bonnes volontés. Des renseignements complémentaires nous seront donnés par Jean-Loup Gervaise qui assistera à notre Assemblée Générale. D'ores et déjà, si vous êtes intéressés, vous pouvez vous inscrire en tant que ravitailleur : **Inscription ravitailleurs** ou signaleur : **Inscription signaleurs** - Si vous envoyez votre inscription directement à l'ASPTT, prévenir Michèle ou Samuel de votre inscription par @mail ou téléphone.

Dimanche 20 octobre – Poses et BIOTROPICA

Guy et Jean-Yves vous proposent une journée de rando-détente à Poses comprenant le matin la visite de la serre et des extérieurs de BIOTROPICA et l'après-midi une randonnée ultra-plate entre Seine et Eure.

Rendez-vous et départ le matin à 9h00 du parking du barrage-écluses de Poses (rive-gauche de la Seine). A 9h30 visite libre de BIOTROPICA (tarif individuel 12 € - tarif de groupe à 9 € pour un minimum de 20 personnes). Durée de la visite : 2h30 à 3h00.

Vers 12h30, les pique-niques seront sortis des sacs à l'abri sur la Base de Loisirs près des serres ou sous le kiosque BIOTROPICA.

A 13h30, départ de la randonnée pour une boucle de 12 km. Arrivée sur le parking des écluses.

Pour les personnes qui souhaitent ne venir que l'après-midi à 13h30, possibilité de se garer sur la Base de Loisirs mais parking payant (4 €) sans limite de durée. Sinon se garer aux écluses et venir à pied à la Base, compter 25 minutes. Pour se rendre à Poses à partir de Rouen, compter 35 minutes.

Mardi 22 octobre 2013 - Pavilly avec nos amis non-voyants

Samuel et Alain vous donnent rendez-vous sur le parking du Colombier à Pavilly pour une sortie de 13km. **Le départ est fixé à 14h00**

Samedi 26 octobre 2013 – Duclair

Rendez-vous à **13h30 pour un départ à 13h45** sur le **parking de la maison forestière de La Haye d'Yainville** pour une boucle vallonnée de 13 km.

Pour s'y rendre en provenance de Rouen, prendre la direction de Duclair. Dépassé l'office du tourisme de Duclair (sur la gauche), tourner immédiatement sur la droite en direction de la forêt. Le chemin monte en direction de la maison forestière. Face à celle-ci, tourner à gauche, le parking est à quelques mètres.

Vos accompagnatrices seront Maryse et Marie-Laurence.

NOVEMBRE

Dimanche 3 novembre 2013 - Boos

Alain et Gérard vous donnent rendez-vous sur le parking de **l'église de BOOS**. Prendre dans Boos à droite aux feux. **Départ à 9h** pour une boucle de 13 km sans grande difficulté (une seule montée).

A midi, faute de café disponible, le pique-nique sera pris sous un préau communal à proximité de la Mairie de la Neuville Chant D'Oisel.

Prévoir à cette occasion boissons fraîche et chaude. S'il fait beau pique-nique possible sur la pelouse du Parc de la Mairie.

L'après-midi, **départ à 13h** pour une boucle de 13 km à partir de la **Mairie de la Neuville Chant d'Oisel** située au centre du village sur la gauche de la route.

Compter 30 minutes le matin et 40 minutes l'après-midi pour vous rendre aux points de rendez-vous.

Mercredi 6 novembre 2013 - Saint-Martin-du-Vivier

Rendez-vous à **13h30 à Saint Martin du Vivier, place de l'Eglise** pour une rando de 13 km, vallonnée (3 côtes). Vos accompagnateurs seront Gérard et Nicole D.

Samedi 9 novembre 2013 - Isneauville

Sylvie et Samuel vous invitent à participer à une randonnée de 13 km en Forêt Verte (une difficulté) Rendez-vous à **l'église d'Isneauville pour un départ à 13h30**.

Dimanche 17 novembre 2013 - « Au bord de la Vienne »

Marylin et Claude vous invitent à participer à une randonnée de 22 km **départ de la mairie de Gueures à 9h15**.

Le midi au café de l'Oasis de Bacqueville en Caux, les pique-niques seront tirés des sacs si une consommation est prise sur place.

Pour ceux qui ne souhaiteraient marcher que l'après-midi, pensez à laisser un véhicule à Gueures.

Départ à 13h15 devant l'Oasis 8 rue de la Libération.

Compter 55 mn de Rouen en passant par l'A151 direction Dieppe, sortie Bacqueville en Caux.

Mercredi 20 novembre 2013 - Bois Guillaume - Rando Cool

Bernadette et Annie vous proposent un parcours ville et forêt de 9 km.

Rendez-vous à 13h30 sur le parking du centre commercial Les Bosquets (côté station-service) situé à droite de l'avenue de l'Europe en direction de Mt St Aignan.

Samedi 23 novembre 2013 - La Haye

Gérard et Jean-Yves vous invitent à une randonnée pleine nature, en forêt de Lyons et dans la vallée de l'Andelle. **Le matin**, rendez-vous et départ à **9h15 précises** du grand parking du restaurant **La Javanaise** à gauche à l'entrée du village de La Haye pour une boucle de 11 km (2 petites montées).

Le midi, vers 12h00, déjeuner au restaurant **La Javanaise**. Au menu : kir, ficelle picarde, noix de joue de porc confite avec garniture (exceptionnellement plat de remplacement possible - le préciser à l'inscription), fromage, dessert surprise, vins, cidre, café tout compris. Prix du repas 15 €.

Il est possible également d'apporter son casse-croûte moyennant la consommation d'une boisson sur place (places limitées).

L'après midi, le rendez-vous est fixé à **13h45 à La Haye** sur le parking du restaurant **La Javanaise** pour une boucle de **11 km** (2 petites montées) en vallée et forêt de Lyons.

Pour vous y rendre, à partir de Rouen, prendre la N31 en direction de Gournay, jusqu'au village de **La Haye**. Compter environ 35 minutes au départ de Rouen.

Mardi 26 novembre 2013 - Sahurs avec nos amis Non-Voyants

Départ à 13h30 du parking de l'église de Sahurs pour une randonnée de 11km. L'église de Sahurs est excentrée 2 possibilités d'accès :

- Par Canteleu D351 à Sahurs tourner à gauche D51 puis plus loin à droite (l'église visible de la route)
- Par le bord de Seine D51 et avant Sahurs tourner à gauche

Vos accompagnateurs seront Jacqueline et Alain.

Samedi 30 novembre 2013 – Bardouville

Départ du parking de la Mairie de Bardouville à 13h30 pour un circuit de 12km plaine et forêt sans aucune difficulté. Vos accompagnateurs Françoise D et Eric

DÉCEMBRE

Mercredi 4 décembre 2013 - Forêt de Roumare

Véronique et Martine vous donnent rendez-vous à **13 h 30 sur le parking du parc animalier** de la forêt de Roumare (entre Canteleu et Sahurs) pour une boucle de 13 km sans grande difficulté excepté une courte montée.

Samedi 7 décembre 2013 - Darnétal Téléthon

Françoise Varin vous donne rendez-vous à **13h30 devant la Mairie de Darnétal** pour la randonnée du **Téléthon 2014**. Randonnée de 2h00 environ.

Une participation de 3€ sera demandée aux participants. Merci de venir nombreux(ses) soutenir cette action humanitaire.

Mercredi 11 décembre 2013 - Mont-Saint-Aignan - Rando cool

Bernadette et Annie vous proposent un parcours ville et forêt de 8 km. **Rendez-vous à 13h30** sur le parking du Centre de Loisirs situé à côté des Compagnons du Devoir.

Samedi 14 décembre 2013 – Montigny

Marie-Laurence et Maryse V) vous donnent rendez-vous sur **le parking de l'église de Montigny. Départ à 13h30** pour une boucle de 13 km essentiellement à travers bois.

Mardi 17 décembre 2013 - Amfreville-la-mivoie avec nos amis Non-Voyants

Maryse et Gérard vous donnent rendez-vous au **Centre d'Activités Culturelles d'Amfreville La Mivoie** (prendre à droite au carrefour 600m après la Mairie).

Départ à 13h30 pour une randonnée de 12 km sur un parcours vallonné par Belbeuf et Le Mesnil Esnard. Compter 20 minutes du centre de Rouen.

Samedi 21 décembre 2013 – Oissel

Françoise D. et Guy M. vous donnent rendez-vous à **13h30 sur le parking, en bord de Seine**, face au foyer municipal, proche de l'église, pour une boucle de 10 km.

Dimanche 29 décembre 2013 - Saint-Germain-de-Pasquier

Marylin et Guy vous donnent rendez-vous devant la mairie de St Germain-de-Pasquier sur la D86

Départ à 9h45 pour une boucle de 9 km : le circuit du Dué.

Le midi repas tiré des sacs, à l'abri si possible.

L'après midi départ 13h30 rendez vous au même endroit pour 10 km : Circuit de Saint-Nicolas de Bosc-Asselin. Compter 45mn du centre de Rouen.

Samedi 4 janvier 2014 : Sainte-Marguerite-sur-Duclair

Sylvie et Samuel vous invitent à leur traditionnel Vin Chaud et vous donnent rendez-vous à Sainte-Marguerite-sur-Duclair. **Départ parking du terrain de football à 13h30** précises pour une randonnée de 11 km.