

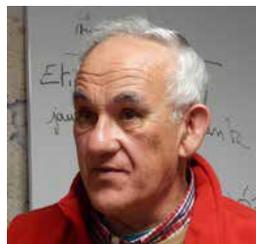
Rando 17 N° 38 a été diffusé à 2 400 exemplaires en version numérique PDF, et 400 exemplaires en version brochures reliées. Toutes les associations ont reçu plusieurs exemplaires pour les distribuer à leurs adhérents sans boîte mail.

Toutes les versions numériques sont disponibles sur le site du Comité Départemental : www.charente-maritime.ffrandonnee.fr

La commission communication

Le mot et les vœux du Président

2020 s'achève, année qui a été peu propice à la randonnée : pluies abondantes en début d'année qui ont nécessité l'annulation d'un nombre important de randonnées, un premier plan de confinement suivi d'un deuxième après une reprise temporaire dans un contexte rendant l'aspect convivialité pratiquement impossible.



Je formule le souhait que 2021 soit plus sereine et permette la reprise d'activités normales pour tous nos licenciés dont beaucoup souffrent de cet isolement forcé.

Dans cette période difficile, la solidarité et la coopération sont nécessaires.

Au cours des mois passés, le comité est resté proche de vos présidents d'associations en transmettant les consignes liées à la crise sanitaire, en intervenant pour les séjours qui ont dû être annulés ou reportés. Ce travail ingrat a été possible grâce à notre fédération qui a été très efficace en adressant des plans de reprise adaptés (nous en sommes au 11^e).

Restons confiants en l'avenir.

Même si les fêtes de fin d'année sont conseillées en groupes restreints, au nom des administrateurs du comité, je vous présente ainsi qu'à vos familles tous nos vœux les plus sincères pour cette nouvelle année. Que 2021 soit pleine de joies, de rencontres et d'échanges encore plus agréables que par le passé.

À bientôt sur les chemins.

Christian Audouin

Rando 17

est édité par la Commission Communication du Comité départemental de la Randonnée Pédestre de Charente-Maritime. 14, rue du Bourg 17400 - Courcelles Tél: 05.46.32.10.40
Mail: charente-maritime.president@ffrandonnee.fr
Directeur de la publication : Christian AUDOUIN
Directeur de la rédaction : Daniel MOGENOT
Photos et maquettes : Daniel MOGENOT

Dans ce numéro # 39

Portrait d'un club

page 2

Les événements passés

pages 3 à 9

Les événements à venir

pages 9 et 11

Osez le GR® 4

Pages 12

Randonnée à Saint-Porchaire

Page 13

Calendrier des manifestations à venir

pages 14 à 15

Information aux licenciés

Voyage autour de ma chambre

Nouveau partenariat

Page 16

Retrouvez-nous sur:
<https://charente-maritime.ffrandonnee.fr>






Portrait d'un club



À Jonzac Rando, randonnez en toute convivialité.

Jonzac Rando a vu le jour voilà 19 ans sous l'impulsion d'Henri SABADEL, aujourd'hui président d'honneur.

Nous aurons bien sûr à cœur de marquer le 20^e anniversaire de notre association en 2021 selon une manifestation à déterminer.

Jonzac Rando comptait 150 adhérents à la fin de la saison sportive 2019/2020 et les inscriptions pour la saison qui démarre vont tambour-battant.

Déjà, pas moins de 20 nouveaux randonneurs nous ont rejoints.

Jonzac Rando marche tous les mardis et propose plusieurs niveaux de randonnée :

- la rando douce pour une marche de 5 à 6 km ;
- la rando détente pour une marche de 9 à 11 km ;
- la rando dynamique pour une marche de 14 à 15 km.



Rando Bessac

Une fois par mois nous proposons une rando à la journée avec pique-nique pour une marche de 27 à 30 km vers les côtes.

Ainsi, il y en a pour tout le monde. Nos randonnées variées nous emmènent vers la Saintonge boisée ou vers les coteaux qui surplombent l'estuaire de la Gironde ou encore dans notre beau vignoble.

Nous essayons de proposer des randonnées qui nous permettent de découvrir les nombreux attraits et points d'intérêts de notre Haute Saintonge tant au niveau de la flore que celui des belles bâtisses, monuments et vestiges.

Jonzac Rando est également labellisé **Rando santé**[®] depuis le début de 2019. Ainsi, chaque jeudi matin, nous donnons rendez-vous à nos adhérent(e)s concerné(e)s pour une marche adaptée à leur pathologie.

À cet effet 2 de nos randonneurs ont reçu la formation adéquate et un troisième sera également diplômé sous peu.



Rando Santé

En complément de nos randonnées hebdomadaires, nous proposons des voyages au-delà de notre département, voire de nos frontières.

Pour exemple, nous sommes allés marcher au Connemara pendant une semaine il y a deux ans.

Cette année, nous avons bouclé un séjour au Portugal, dans la vallée du Douro mais la crise sanitaire est passée par là et nous avons dû renoncer. Mais ce n'est que partie remise!!! Dès que cela sera possible il est certain que nous irons là-bas.

Tous les ans, les effectifs de notre club augmentent ce qui nous laisse penser que nous sommes dans le vrai.

Jacky Vibert, Président



Connemara



Championnat Régional Longe-Côte

le 12 septembre 2020 à Saint-Jean-de-Monts (85).

Exceptionnellement il s'est déroulé avec la Région Pays de la Loire, suite à l'annulation du Championnat de France. La météo était au rendez-vous, avec un beau soleil et une mer calme.

Les mesures sanitaires ont été appliquées.

Plus de 160 participants venant de Nouvelle-Aquitaine et des Pays de la Loire se sont mis à l'eau.

33 participants de Charente-Maritime étaient présents, ils représentaient les associations suivantes: Foulées Nordiques de la Prée, Les Randonneurs du Pays Royannais et Olérando.

De nombreuses médailles ont été remportées par nos longeurs. Un grand bravo.



Rando France Bleu

le 13 septembre 2020 à Saint-Sauvant (17).

Organisée par le Comité Départemental de la Randonnée Pédestre de Charente-Maritime en partenariat avec France Bleu.

Les randonneurs ont savouré les commentaires sur le patrimoine (église, château, fontaines, paléosite). Nous avons cheminé sur le GR® 360 dans des paysages variés où alternaient des sentiers en sous-bois ombragés et des chemins ensoleillés entre les vignes.

Tous les participants ont apprécié la qualité de l'organisation tout en regrettant l'absence de France Bleu sur place (leurs journalistes avaient été très sollicités par le Tour de France) mais le directeur nous a proposé un créneau hebdomadaire sur les ondes le dimanche matin à 10 h 07 dans l'émission de Marylou RICHET dans lequel les associations affiliées qui le souhaitent peuvent intervenir.

Une gourde et un tour de cou **France Bleu** ont été remis de la part de notre partenaire à chaque participant.

Rendez-vous l'année prochaine en septembre.

Christian AUDOUIN





Séjour en Bretagne à Landaul (56)

Du 21 au 26 septembre 2020.

Dès la sortie du Rando 17 de janvier 2020, le séjour organisé par le Comité départemental de la randonnée pédestre de Charente-Maritime s'est vite rempli, puis l'effectif a fluctué au fil des désistements. Finalement, nous étions 56 licenciés (dont 54 issus de 11 clubs et 2 licences comité) à nous retrouver lundi 21 septembre, autour de l'apéritif de bienvenue, au village-vacances Cap France de Kerfetan à Landaul, dans le Morbihan. Nous étions hébergés par deux dans de petites maisons de pierre avec terrasse et dispositions d'une piscine couverte.



Pour les heureux participants, ce fut une pause appréciée entre deux confinements et deux semaines de météo extrême : canicule juste avant et tempête Alex juste après ! Chaque jour, il y avait deux groupes de randonnée : rando rapide ou rando découverte, à la journée ou la demi-journée, certains partant en visite libre l'après-midi. Nos très sympathiques guides nous ont fait découvrir les coins remarquables des environs, dont certaines pittoresques bien cachées.



Mardi, nous avons longé les rivières du Sal et d'Auray, visité les petits ports du Bono et de Saint-Goustan et marché sur le platelage des vasières de Kerdaniel.



Mercredi matin, nous avons exploré l'estran au fond de la ria d'Etel, là où la mer pénètre dans les terres.



Saint-Goustant

L'après-midi, cheveux au vent nous avons suivi la belle portion du GR®34 sur la côte sauvage de Quiberon et posé pour la photo au moment où les deux groupes se sont rencontrés.



Jeudi, après la découverte de Locmariaquer avec vue sur l'Océan, nous avons embarqué pour une croisière commentée et ensoleillée dans le Golfe du Morbihan. Lors de notre escale sur l'île aux Moines, nous n'avons vu qu'un moine, celui du cromlech de Kergonan et la pluie a joyeusement arrosé la rando de l'après-midi.



Vendredi, nous avons suivi le « Tro Belz ». Ce PR longe la Ria d'Étel avec de superbes panoramas sur ses îles, l'incontournable petite maison aux volets bleus posée sur l'îlot de Nichtarguér et le tour de l'île Saint-Cado. L'après-midi, alors que les randonneurs continuaient sur le GR®34 bordant la rivière d'Étel, les flâneurs ont rejoint en voiture la barre d'Étel, visité le sémaphore qui guide les bateaux à l'entrée de la ria, puis le magasin d'usine de caramels au beurre salé.



La Ria d'Étel

Samedi, c'était programme libre : rando autour de Saint-Colomban pour les uns, visite des alignements de Carnac ou de Vannes pour les autres, sans oublier la pause crêpes ! Tous les participants sont rentrés enchantés de l'organisation de ce séjour et sont prêts à recommencer l'aventure. Merci à eux pour leur bonne humeur et le respect des règles de distanciation. Merci aux conducteurs pour les covoiturages.



Merci aussi à toute l'équipe de Kerfetan qui a su s'adapter à la situation sanitaire pour nous accueillir au mieux et bien sûr, merci à nos trois guides de rando Chloé, Simon et Pascal, férus de nature et de culture, qui nous ont fait partager leur amour de la Bretagne avec sérieux et humour, et qui ont aussi animé avec brio nos soirées masquées, musicales, comiques et ludiques. Bravo aux artistes talentueux ! Grâce à tous, on a passé une belle semaine, bien marché, bien chanté, bien joué et bien ri ! Kenavo !

Catherine, organisatrice du séjour et serre-file;

Christian, responsable tourisme; Daniel, participant



FFRandonnée 
les chemins, une richesse partagée
Charente-Maritime



Les événements passés

Un grand merci à tous les animateurs qui se sont impliqués dans cette belle aventure ainsi qu'aux accompagnateurs de la mission locale qui nous ont fait confiance. Encore bravo à tous ces jeunes qui sont venus à notre rencontre !

De nouveaux rendez-vous pour le printemps plus clément sont déjà retenus.

Dans le cadre du développement vers les Jeunes impulsé par la FFRandonnée, les Randonneurs en Pays Royannais proposeront tout le long de l'année la découverte de la Marche Aquatique - Longe Côte aux jeunes des différents clubs sportifs de la ville de Royan et de la CARA.

Qui sait, peut-être cela permettra-t-il de dénicher de nouveaux champions ! **Denise CANTALUPPI**



Assemblée générale de la Fédération Française de la randonnée pédestre.

Le samedi 28 novembre 2020

À cause de la COVID 19, cette Assemblée générale s'est faite en visioconférence avec vote électronique.

À l'issue de l'Assemblée générale ordinaire annuelle de la Fédération Française de la randonnée pédestre qui s'est tenue le samedi 28 novembre 2020, **Madame Brigitte Souly** a été élue Présidente de la Fédération. Elle succède à Didier Babin, président de la FFRandonnée par intérim depuis avril 2020.

Âgée de 72 ans, **Brigitte Souly** est une ancienne médecin spécialiste en médecine physique et réadaptation et originaire du Nord dans les Hauts-de-France.

Passionnée de randonnée depuis toujours, elle s'est notamment investie au sein de la FFRandonnée depuis les années 1990, tout d'abord au sein du club de randonnée « Douai Marche » dont elle est licenciée depuis 1991.



Après être entrée au Conseil d'administration de l'association en 1998, elle en est devenue présidente de novembre 1999 à février 2014, puis présidente d'honneur. Elle a particulièrement œuvré pour la labellisation Rando Santé® de ce club, en 2013.

Brigitte Souly est administratrice des Comités départementaux de la randonnée pédestre du Nord et régional Nord-Pas-de-Calais puis Hauts-de France depuis 20 ans. Elle a assuré les missions de médecin départemental et régional, et parallèlement de secrétaire générale pour chacun des deux Comités.

Elle est depuis mars 2017 Présidente du Comité FFRandonnée des Hauts-de-France.

Brigitte Soulary est ainsi une des rares femmes présidentes d'une Fédération parmi les 117 fédérations sportives françaises. La Présidente va maintenant œuvrer au développement de la Fédération Française de la Randonnée Pédestre sous le credo « Ensemble construisons la Fédération de demain » :



« Investie depuis presque 30 ans dans la vie associative fédérale, je souhaite participer à la rénovation de notre fédération. Je crois que la vie associative doit privilégier le travail en équipe, utilisant les compétences de chacun et en respectant les bénévoles comme les salariés pour avancer ensemble vers le but commun en l'occurrence pour nous la politique fédérale partagée puisque construite ensemble ! ».

Les événements à venir

Assemblée générale du Comité départemental de la randonnée pédestre.

Le samedi 20 février 2021

L'Assemblée générale se tiendra à **l'Eguille-sur-Seudre (17)**, Salle des fêtes, 4 route de Saujon

à 9 h 30 précises. Nous comptons sur votre présence.

Si les mesures sanitaires ne le permettent pas, elle aura lieu en visioconférence.

Lors de cette Assemblée générale, l'élection du quart sortant ainsi que celle des membres candidats aura lieu. Le nouveau Comité directeur procédera à l'élection d'un nouveau Président, Christian AUDOUIN souhaite quitter la fonction de Président lors de cette assemblée générale.



Port de l'Eguille-sur-Seudre

Assemblée Générale du Comité régional de la randonnée pédestre.

Le samedi 13 mars 2021

L'Assemblée générale se tiendra à la Commanderie de la Base du Temple -sur-Lot (47).

Si les mesures sanitaires ne le permettent pas, elle aura lieu en visioconférence avec vote électronique.

Lors de cette Assemblée Générale, l'élection d'un nouveau Président aura lieu, Alain MARTIN ne se représentera pas pour cette fonction après 4 ans passés au Comité Régional. Nous le remercions pour son engagement.



La Commanderie du Temple-sur-Lot

«Salon respire la vie» à La Rochelle (17).

Prévu du 12 au 14 mars 2021 au parc des expositions.

Est annulé, rendez-vous en mars 2022.

Les événements à venir

Championnat régional Longe-Côte.

Prévu le 24 avril 2021 à Carcans-Maubuisson (33) sur le lac d'Hourtin.

Organisé par le Comité régional de Nouvelle-Aquitaine, le Comité départemental de Gironde et le Longe Côte Club Cap Ferret.

Premier championnat en milieu lacustre, avec l'avantage d'avoir une eau calme, ce qui favorisera les performances.

Parcours chronométrés de 100 et 400 mètres en solo ou 1 000 mètres en équipes de 3 ou 5. Sept catégories sont concernées : Minimes/Cadets (12/15 ans), Juniors (16/19 ans), Senior (20/39 ans) et Master 1 à 4 (40/70 ans et +).

Les inscriptions se feront en mars 2021, réservées aux licenciés munis d'un certificat médical compétition. Le programme ainsi que les adresses d'hébergement seront communiqués ultérieurement.

Rendez-vous en mars 2021.

Ce Championnat est une épreuve qualificative pour le Championnat de France.



6^e Championnat de France Longe-Côte.

Prévu le 5 juin 2021 à Hyères sur la plage de l'Almanarre (presqu'île de Giens) (83).

Sixième championnat de France ouvert aux candidats sélectionnés lors des championnats régionaux.

Les inscriptions se feront en avril 2021, réservées aux licenciés munis d'un certificat médical compétition. Le programme ainsi que les adresses d'hébergement seront communiqués ultérieurement.

Rendez-vous en avril 2021.

Le prochain séjour du Comité départemental de la randonnée pédestre de Charente-Maritime aura lieu en septembre 2022.

Le lieu sera divulgué début 2022.

FF Randonnée
les chemins, une richesse partagée
Charente-Maritime



Journée départementale : Osez le GR® 4

Dimanche 30 mai 2021 randonnée pédestre et marche nordique sur le GR®4 entre Charente et Charente-Maritime

Le comité départemental vous propose une découverte du GR®4 à son entrée en Charente-Maritime.

Nous suivrons une portion vallonnée peu connue et pourtant une des plus agréables de ce GR®, au départ de LOUZAC en Charente.

Tous les groupes traverseront les jolis villages de Saint-Laurent-de-Cognac et Chérac.

Initialement prévue en avril 2020 et annulée à cause du confinement, cette journée réservée aux licencié(e)s est reportée au 30 mai 2021. Au choix : trois parcours encadrés par les bénévoles du comité Ffrandonnée Charente-Maritime et de clubs locaux.

Covoiturage conseillé.

Prévoir un gobelet et un équipement adapté à l'activité et à la météo : bonnes chaussures, sac à dos avec nourriture et eau. Masque de protection si la situation sanitaire le nécessite.

Nos amies les bêtes ne sont pas acceptées même tenues en laisse.

La difficulté essentielle dans l'organisation d'une randonnée linéaire est le va-et-vient des véhicules entre le point de départ et le point d'arrivée de la rando. Pour éviter ces allers et retours, le **CDRP 17** vous offre le transfert en car jusqu'au point de départ de la rando.

Attention ! Le nombre de places est limité, donc inscrivez-vous vite ! Il n'y aura qu'un transfert, donc ne ratez pas l'heure du bus !

Chaque participant autorise le comité départemental à utiliser son image sur des photos destinées à la promotion des activités.

Pour toute question ou difficulté pour vous inscrire sur **HelloAsso**, n'hésitez pas à contacter

Catherine MAYEUR / téléphone : 06 88 28 03 54
mail : charente-maritime.pratiques-adhesions@ffrandonnee.fr

Boucle de 12 km : repas tiré du coffre.

Rendez-vous : parking de la salle polyvalente, place des Borderies, LOUZAC-SAINT-ANDRE (16).

Randonnée pédestre : accueil à 8 h 30.

Départ de la rando : 9 h .

Marche nordique : accueil à 9 h.

Randonnée linéaire : repas tiré du sac.

Le rendez-vous dépend de la distance choisie : transfert en bus de votre parking vers le point de départ de la rando.

Linéaire de 26 km : rendez-vous à 8 h 30, parking de l'étang de la Brèche, Les Bujoliers, SAINT-CESAIRE / SAINT-BRIS.

Départ du bus : 8 h 45.

Randonnée de Louzac à St-Bris-des-Bois.

Linéaire de 21 km : rendez-vous à 8 h 45, parking de l'Abbaye de FONTDOUCE.

Départ du bus : 9 h.

Randonnée de Louzac à l'Abbaye de Fontduouce.

Inscription obligatoire pour tous avant le 8 mai 2021

Liens pour s'inscrire :

12 km : <https://frama.link/boucle12km>

21 et 26 km : <https://frama.link/21-26km> où sur <https://charente-maritime.ffrandonnee.fr>

Contribution facultative au fonctionnement de HelloAsso : avant d'enregistrer, vous pouvez indiquer votre don (curseur) ou cocher en bas « Je ne souhaite pas soutenir HelloAsso. ».

Prochain week-end multi-activités en septembre 2021

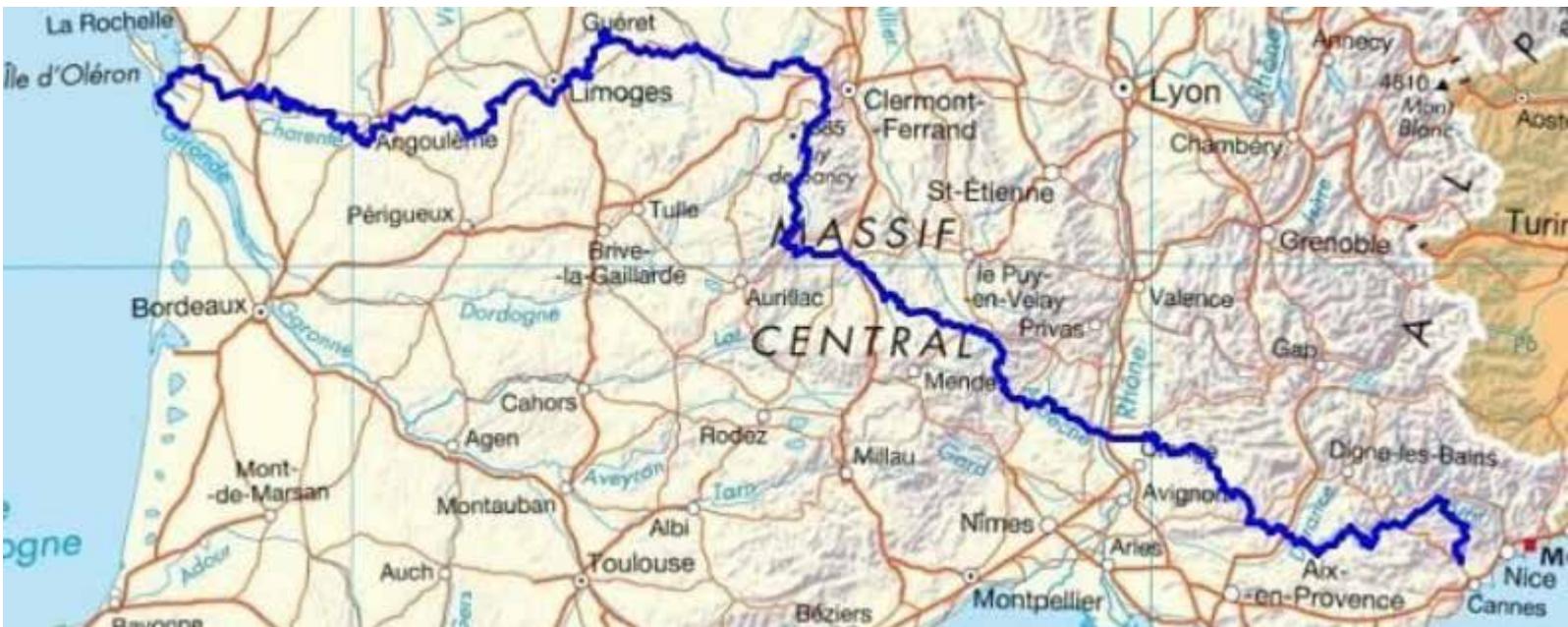
Le deuxième week-end multi-activités organisé par le comité départemental aura lieu sur l'île d'Oléron les 4 et 5 septembre 2021 : randonnée pédestre, marche nordique et longe-côte. Hébergement collectif au Centre sportif de Boyardville. Pension complète du dîner du samedi au pique-nique du dimanche.

Inscription : sur le prochain numéro de juillet 2021

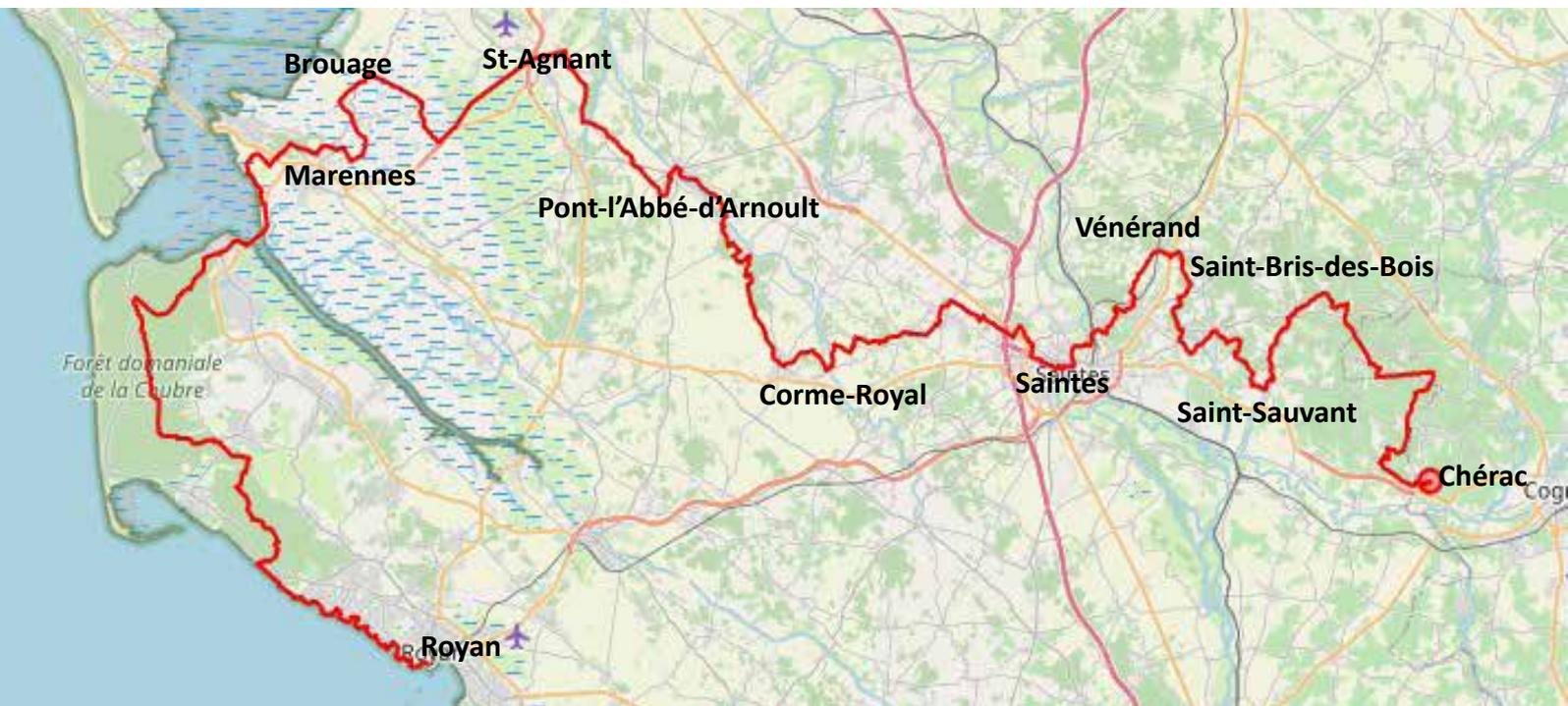
Osez le GR® 4 de la Méditerranée à l'Atlantique ... ou l'inverse!

Rêvons un peu ... dans notre fauteuil :

Grasse - Le Verdun - Manosque - le Ventoux - Vaison-la-Romaine - Vallon-Pont-d'Arc - Saint-Flour - le Lioran - Super-Besse - Puy de Sancy - Aubusson - Limoges - Angoulême - Jarnac - Cognac - Saintes Brouage - Royan.



.. ou restez (provisoirement) en Charente-Maritime



De Chérac à Royan

Vignes (Cognac), bois, vallée du Coran, vignes et bois, campagne, vallée de l'Arnoult, marais de Brouage, estuaire de la Seudre, forêt de la Coubre, plage et sentiers côtiers.

Un beau programme de 170 km réalisable en 7 à 8 jours de randonnée ... ou à déguster en petites tranches à la journée. **Dominique NOBLET**

Bois, champs et carrières. Dans les environs du château de la Roche-Courbon à la recherche de la fraîcheur des sous-bois.

Départ : parking du Champ de Foire

Balisage : jaune



1 - Sortir de la place en empruntant l'allée des platanes sur votre gauche et franchir le ruisseau Le Bruant.

De 9,3 km de longueur, il prend sa source au lieu-dit Font-Bruant alimentant les bassins des jardins du château de la Roche-Courbon pour se jeter dans le fleuve Charente.

À l'intersection, suivre face à vous la rue des Coudraies puis, à la sortie du village, prendre à gauche direction Les Mossards. Cheminer sur 400 m et s'engager à gauche sur un chemin en lisière. Vous arrivez au parking du Château de La Roche-Courbon.

Bâti au XVe siècle sur un éperon rocheux, le château de la Roche-Courbon fut transformé en demeure d'agrément au XVIIIe siècle par le marquis Jean Louis de Courbon.

2 - Prendre à droite sans traverser la route puis encore à droite et entrer dans la forêt. Continuer dans la forêt en suivant le balisage. À la route continuer tout droit en empruntant le chemin en face. Continuer jusqu'à la D216.

3 - À la Queue des Marais prendre la route à droite (utiliser le talus gauche), puis 100 m plus loin le chemin à gauche dans la forêt que l'on suit sur 1,2 km jusqu'à la déchetterie. Poursuivre sur le chemin en face pendant 800 m jusqu'au village La Grande Forêt.

4 - Continuer sur la route. À l'intersection prendre à droite. Tourner à gauche sur la D216E1 puis immédiatement à droite entre les champs. Le chemin vire à angle droit pour rejoindre le hameau des Mois. S'engager à droite sur la route.

5 - Traverser les Tonnelles et prendre en direction de Saint-Porchaire (*vue sur les carrières*). Traverser la D237, enjamber la voie rapide et obliquer à droite pour descendre à la Font Quéré. Poursuivre rue de La Source et passer sous la voie rapide pour prendre à gauche la rue du Gros Chêne.

6 - Récupérer à gauche la rue du Midi puis, 100 m plus loin, la rue des Ormes. Continuer à gauche rue du Cadran Bleu puis à droite rue des Chênes. À la prochaine intersection amorcer le retour vers le centre-bourg par le rue de la Mairie et un chemin blanc qui descend à droite. Passer sous le Pont Napoléon, traverser l'esplanade et prendre à droite un chemin qui vous ramènera vers l'église.

Église Saint-Porchaire (XIIe - XVe siècles). Le flanc sud de cet édifice gothique est rythmé d'une belle succession de volumes. Deux périodes de construction se distinguent nettement. Sur la façade occidentale, la tradition romane est encore nettement visible.

Prendre à gauche rue Nationale pour retrouver le point de départ.

Ce topoguide dont la dernière édition date de 2012, est épuisé et la question de sa réédition s'est donc posée.

Les trois Communautés de communes ou d'agglomérations concernées (Saint-Porchaire, Saintes et Gémovac) ont été contactées en vue de l'obtention d'une subvention pour la réédition. Nous n'avons pas essuyé un refus mais une contre-proposition nous a été faite : fiches randos téléchargeables gratuitement sur les sites internet des Communautés de communes avec une compensation financière prenant la forme d'une rémunération pour l'entretien du balisage. Proposition qui se généralisera très probablement lorsque le même problème surviendra pour les autres topoguides. En 2020 la vente de nos topoguides est en chute libre.

La COVID19 et les restrictions de déplacement y sont sûrement pour beaucoup mais l'érosion des ventes est continue depuis plusieurs années. La concurrence des offres internet de rando sur des sites divers et variés n'y est pas étrangère et cette concurrence s'accélère. Il est donc temps de passer à autre chose et nous avons accepté les propositions des Communautés.

Pour la Communauté de commune du Cœur de Saintonge (Saint-Porchaire) le projet est finalisé et les fiches rando sont disponibles sur le site de la Communauté de communes. Ces fiches sont également accessibles sur le site du CDRP17 sous un format différent très proche de celui des anciennes fiches du topoguide. À titre d'exemple la fiche de la nouvelle randonnée de Saint-Porchaire est présentée dans ce numéro du Rando17.

Dominique NOBLET



Calendrier des manifestations organisées par le Comité départemental et/ou les Associations en 2021

Ces randonnées sont ouvertes à tous, licenciés FFRandonnée ou non. Les horaires de départ sont précis. Prévoir de bonnes chaussures de marche, des vêtements adaptés à la randonnée et à la météo, un sac à dos et de l'eau. Respecter les mesures sanitaires en vigueur à ces dates.

Dimanche 10 Janvier 2021

Nature Rando Châtel, organise à **Salles-sur-Mer (17)** une randonnée de nouvelle année de 7 km.
RDV : à 9 h 30 sur le parking de l'église de Salles-sur-Mer. Le café sera offert avec un morceau de galette.
Inscription obligatoire : naturerandochatel@gmail.com
ou au 06 79 47 97 88
Paiement de 5 euros par participant par chèque à l'ordre de Nature Rando Châtel à envoyer au 6 rue du 19 mars 1962 apt 3 17340 Châtelailon-Plage.

Dimanche 11 avril 2021

Nature Rando Châtel, organise à **Aytré (17)** une randonnée de 3,5 km suivie d'une chasse aux œufs.
RDV : à 9 h 30 sur le parking des Charmilles.
Inscription obligatoire : naturerandochatel@gmail.com
ou au 06 79 47 97 88
Paiement de 5 euros par participant par chèque à l'ordre de Nature Rando Châtel à envoyer au 6 rue du 19 mars 1962 apt 3 17340 Châtelailon-Plage.

Dimanche 14 février 2021

Nature Rando Châtel, organise à **Marsilly (17)** une randonnée des amoureux de 10 km.
RDV : à 9 h 30 sur le parking du cimetière.
L'apéritif sera offert.
Inscription obligatoire : naturerandochatel@gmail.com
ou au 06 79 47 97 88
Paiement de 5 euros par participant par chèque à l'ordre de Nature Rando Châtel à envoyer au 6 rue du 19 mars 1962 apt 3. 17340 Châtelailon-Plage.

Dimanche 2 mai 2021

Nature Rando Châtel, organise à **Saint-Xandre (17)** une randonnée fête du muguet de 10 km.
RDV : à 9 h 30 sur le parking du cimetière. Un brin de muguet sera offert à chaque participant(e).
Inscription obligatoire : naturerandochatel@gmail.com
ou au 06 79 47 97 88
Paiement de 5 euros par participant(e) par chèque à l'ordre de Nature Rando Châtel à envoyer au 6 rue du 19 mars 1962 apt 3. 17340 Châtelailon-Plage.



Calendrier des manifestations organisées par le Comité départemental et/ou les Associations en 2021

Ces randonnées sont ouvertes à tous, licenciés FFRandonnée ou non. Les horaires de départ sont précis. Prévoir de bonnes chaussures de marche, des vêtements adaptés à la randonnée et à la météo, un sac à dos et de l'eau. **Respecter les mesures sanitaires en vigueur à ces dates.**

Samedi 1er mai 2021

Foncouverte en marche, organisée à **Foncouverte (17)** sa 11ème randonnée du Brin d'Aillet, de 8 km à 30 km en boucle.

Possibilité de retour en bus (sauf VTT).

- Randonnée pédestre et Marche Nordique de 8 à 30 km.

- **Running** de 8 à 24 km : **départ à 8 h 30.**

- **VTT**: 24 - 30 - 35 - 40 km : départ de **8 h à 8 h 45.**

- **Marche Nordique** : départ à **8 h 45.**

- **Marche** : départ à partir de **9 h.**

Pas de classement, allure libre.

Réservations : nous informerons directement les Clubs en avril, si les mesures sanitaires le permettent.

Gobelets en vente au départ à 1 €

Renseignements: Alain CHARNEAU téléphones:

06 86 64 44 16 ou 09 72 90 86 47

Email: alaincharneau51@hotmail.fr



Dimanche 13 juin 2021

Nature Rando Châtel, organisée à **Châtelailon-Plage (17)** une randonnée de 8,5 km.

RDV : à 9 h 30 sur le parking du port de Châtelailon-Plage. Apéritif offert, possibilité d'un pique-nique tiré du coffre.

Inscription obligatoire :

naturerandochatel@gmail.com

ou au 06 79 47 97 88

Paiement de 5 euros par participant(e) par chèque à l'ordre de Nature Rando Châtel à envoyer au

6 rue du 19 mars 1962 appt 3

17340 Châtelailon-Plage.

Dimanche 26 septembre 2021

Sport Détente Puilboreau organise sa 12ème randonnée détente ouverte à tous à **Puilboreau.**

Accueil des participants à 9 h à la Halle de la Tourtillière, café offert.

Départ de la randonnée à 9 h 30 pour un parcours d'environ 11 kms, pause à mi-parcours (boissons, gâteaux) apéritif offert à l'arrivée.

Possibilité de partager le pique-nique tiré du coffre.

Participation gratuite. Contacts 06.37.90.55.72 (secrétaire) – 06.13.29.62.68 (président).

J'espère que l'année 2021 sera plus favorable à tous ces moments de convivialité et partages.

Si problème me contacter, bonne journée.

Marie-Claude DELELIS, secrétaire.



JOYEUSES FÊTES 2021



Information aux licenciés

Le comité directeur réuni par visioconférence le samedi 13 décembre a décidé d'aider exceptionnellement les associations en leur reversant 1 € par licence au 31 août 2019 et en leur remboursant la cotisation fédérale de l'année en cours.

Christian Audouin

Voyage autour de ma chambre

Une rando qui ne demande ni attestation, ni gestes barrière, et que vous pouvez prolonger plusieurs heures ?

Oui, c'est possible, dès maintenant, quelle que soit la météo, et sans se soucier de la maréchaussée !

« Voyage autour de ma chambre » est un récit autobiographique, écrit en 1794 par l'écrivain savoyard **Xavier de Maistre**.

Mis aux arrêts pour 42 jours dans la citadelle de Turin, à la suite d'une affaire de duel, l'auteur, alors âgé de 27 ans, ne se laisse pas décourager, et en rédige les premiers textes, qu'il complétera par la suite. Il y aura 42 chapitres d'une exploration (ironique) de cet univers confiné !

Voici le début :

« Ma chambre est située sous le quarante-cinquième degré de latitude : sa direction est du levant au couchant ; elle forme un carré long qui a trente-six pas de tour, en rasant la muraille de bien près. Mon voyage en contiendra cependant davantage ; car je traverserai souvent en long et en large, ou bien diagonalement, sans suivre de règle ni de méthode. — Je ferai même des zigzags, et je parcourrai toutes les lignes possibles en géométrie, si le besoin l'exige... »

Ce texte est une ode à la méditation, et à l'imagination qui, dans un espace réduit, reste libre de vagabonder.

Alors, bonne lecture à tous car voici le texte en accès libre de droits !

https://fr.wikisource.org/wiki/Voyage_autour_de_ma_chambre

Nouveau partenariat

Le Comité Régional de la Randonnée Pédestre de Nouvelle-Aquitaine vient de signer une convention de partenariat avec CHULLANKA, spécialiste d'articles de Rando/Camping, Glisse d'hiver, Trail/Running, Cycles. CHULLANKA propose les plus grandes marques, ainsi que sa propre marque.

AVANTAGES

CHULLANKA accorde à tous les licenciés de la FF Randonnée les réductions suivantes:

15% de remise sur tout le magasin sauf:

Les produits électroniques et **5%** sur l'édition.

Réduction à valoir en magasin sur présentation de votre licence ou sur internet en téléphonant avant pour donner le numéro de votre licence.



Votre magasin le plus proche: CHULLANKA Bordeaux- Mérignac - 1400m²
ZAC Mérignac Soleil Chemin de Pouchon 33700 - Mérignac Tél: 05 24 72 88 18