



# Programme 2019/2020

Octobre  
Novembre  
Décembre  
Janvier

## « marche & rêve »

Association de randonnée pédestre

35, rue Malherbe – Apt 128

76100 ROUEN

Tel. 06.87.47.41.12.



[marcheetreve-rouen@laposte.net](mailto:marcheetreve-rouen@laposte.net)

<https://marcheetreve-rouen.fr/>

## EDITO

Amies randonneuses, amis randonneurs,

Eh oui ! C'est déjà la fin de l'été qui s'annonce et avec elle, l'heure d'une nouvelle saison d'adhésions.

Lors de notre dernier conseil d'administration, la poursuite de la randonnée douce (parcours compris entre 6 et 8km) a été validée. Ainsi, je vous invite à consulter ce nouveau programme qui va couvrir l'automne et ses belles couleurs ainsi qu'une partie de l'hiver. Rien de changé donc dans nos formules de randonnées : jeudi, samedi et dimanche. Et le choix entre les circuits compris entre 10 et 12 km et ceux de 6 à 8 km.

N'oublions pas que ces randonnées se font grâce au concours d'une bonne vingtaine de bénévoles qui définissent les parcours, les reconnaissent et les encadrent pour vous assurer à la fois plaisir et sécurité. Ces adhérents-tes particulièrement engagés-ées méritent encouragements. N'hésitez donc pas à leur faire savoir quand la rando vous a plu mais aussi, écoutez et respectez leurs consignes !

Notre association aura été de nouveau représentée sur le forum des associations rouennaises et le site internet est en cours d'évolution dans ses mises à jour, afin d'attirer de nouveaux adhérents.

Il est l'heure de vous rappeler quelques petites règles concernant votre ré-adhésion :

- La licence de la FFRP est valable du 1<sup>er</sup> septembre au 31 août : le renouvellement doit donc se faire dans les meilleurs délais
- Si votre certificat médical date de moins de 3 ans, pensez à nous remettre votre attestation annuelle (après avoir répondu au questionnaire prévu par la réglementation). Dans le cas contraire, nous aurons besoin d'un nouveau certificat médical de non contre-indication à la pratique de la randonnée.

Et parmi les futures dates à réserver, j'attire d'ores et déjà votre attention sur celle du 31 janvier 2020, date à laquelle se tiendra notre assemblée générale...

A bientôt sur les chemins !

Christine BECQUET, présidente de Marche et Rêve

---

### **Futures dates de randonnées à retenir en 2020 :**

Les dimanches : 09/02 - 23/02 - 08/03 - 22/03 - 05/04 - 19/04 - 03/05 - 17/05

Les jeudis : 27/02 - 26/03 - 30/04 - 28/05

Les samedis : 15/02 - 14/03 - 25/04 - 09/05

Les randos douces du dimanche après-midi : 23/02 - 22/03 - 19/04 - 17/05



Dimanche 06 octobre 2019

Lieu : **BACQUEVILLE-EN-CAUX**

Matin : 1 boucle de 8 km

Après-midi : 1 boucle de 9 km

Trajet : Matin 51 km aller – A150 > A151 vers Dieppe- après Auffay sortie Luneray (D149) > Bacqueville en caux.

Après-midi : 57 km aller –dir. St Laurent en Caux (D149) > à droite Royville (D101) > Eglêmesnil (tout proche)

**8 h 15 précises : départ JDP**

**9 h 15 précises : départ rando** de Bacqueville du Parking de la Mairie

**12 h 30 précises : départ JDP**

**13 h 30 précises : départ rando** d'Eglêmesnil à préciser (petit village)

🍷 Pique-nique et goûter tirés du sac



Samedi 12 octobre 2019

Lieu : **BOIS-D'ENNEBOURG**

1 boucle de 6,5 km

Trajet : 17 km aller – N31 (dir .Gournay) > D43 traverser Saint-Jacques-sur-Darnetal > après le petit bois, tourner à droite > Bois d'Ennebourg

**13 h 30 précises : départ JDP**

**14 h précises : départ rando** parking de l'église

🍷 Goûter tiré du sac

**Dimanche 20 octobre 2019**



Lieu : **LA CROIX SAINT LEUFROY**

**Matin** : 1 boucle de 10 km

**Après-midi** : 1 boucle de 11 km et 1 boucle de 7 km pour la rando douce

**Trajet** : 44 km aller – A13 (Paris) > A154 (Evreux) Sortie 4 (Acquigny – D71) > à la sortie d'Acquigny traverser l'Eure > à droite D836 > La Croix-Saint-Leufroy (Eglise)

**8 h 30 précises** : départ JDP

**9 h 30 précises** : départ rando du parking de l'église

**12 h 30 précises** : départ JDP

**13 h 30 précises** : départ des 2 randos du même endroit

☉ Pique-nique et goûter tirés du sac



**Jeudi 24 octobre 2019**

Lieu : **PITRES**

1 boucle de 10 km

**Trajet** : 23 km aller – Amfreville-la-Mivoie – Gouy – Igoville – Alizay - Pitres

**12 h 45 précises** : départ JDP

**13 h 30 précises** : Départ rando de la mairie

☉ Prévoir goûter

**Dimanche 10 novembre 2019**



Lieu : **MONTFORT-SUR-RISLE**

1 boucle de 12 km

Trajet : 40 km aller – D438 Bourgheroulde > Boissey-le-Châtel (D124) > D130 Montfort-sur-Risle (le château)

**11 h 15 précises** : départ JDP

**12 h 15 précises** : départ rando du parking du château

🍷 Pique-nique et goûter tirés du sac



**Samedi 16 novembre 2019**

Lieu : **ECALLES-ALIX**

1 boucle de 8 km

Trajet : 35 km aller – A 150 > Barentin > D6015 (Yvetot) > Après Croixmare, à gauche > Ecalles-Alix (Salle des fêtes)

**12 h 45 précises** : départ JDP

**13 h 30 précises** : départ rando du parking de la salle des fêtes

🍷 Prévoir goûter

**Dimanche 24 novembre 2019**



Lieu : **FORGES-LES-EAUX**

1 boucle de 12 km et 1 boucle 7 km pour la rando douce

Trajet : 46 km aller – A28 – sortie 12 (Buchy) > Forges-les-Eaux

**12 h précises** : départ JDP

**13 h précises** : départ des 2 randos du parking de la piscine à côté du lac (face Casino)

🍷 Pique-nique et goûter tirés du sac

**Jeudi 28 novembre 2019**



Lieu: **JUMIEGES**

1 boucle de 11 km

Trajet : 30 km aller – Canteleu > St-Martin-de-Boscherville (D982) > Duclair > Yainville > après prendre à gauche D143 – Jumièges (Abbaye)

**12 h précises** : départ JDP

**13 h précises** : départ rando Parking de l'Abbaye

🍷 Prévoir goûter



**Samedi 07 décembre 2019**

Lieu : **ETALLEVILLE (Doudeville)**

1 boucle de 8 km

Trajet : 48 km aller – dir. Barentin > Croixmare > St-Valery-en-caux > Au feu de Doudeville, prendre à droite la D149 > Etalleville (église)

**12 h 45 précises** : départ JDP

**13 h 30 précises** : départ rando de l'église

☉ Prévoir goûter



**Dimanche 15 décembre 2019**

Lieu : **VAL-DE-SAANE**

1 boucle de 10 km

Trajet : 40 km aller – A 150 (Barentin) > A 151 (Dieppe) > sortie 2 - D929 (Dir. Yerville) > D2 Val-de-Saâne (église)

**12 h précises** : départ JDP

**12 h 45 précises** : départ rando de l'église

☉ Pique-nique et goûter tirés du sac



**Jeudi 19 décembre 2019**

Lieu : **ST-PIERRE-DE-VARENGEVILLE à DUCLAIR**

Linéaire de 11 km

Trajet : Teor jusqu'au Kindaréna. A 12 h 30 précises bus 26 jusqu'à la salle des fêtes de St-Pierre-de-Varengenville. Arrivée 13 h

**13 h 15 précises** : départ rando de la salle des fêtes

**Retour** : bus n° 30 du bac de Duclair

☉ Prévoir goûter



**Dimanche 05 janvier 2020**

Lieu : **BONSECOURS**

1 boucle de 11 km

Trajet : 5,5 km - Rouen > Bonsecours (Basilique)

**12 h précises** : départ JDP

**12 h 30 précises** : départ rando parking de la Basilique

☉ Pique nique et goûter tirés du sac





**Samedi 11 janvier 2020**

Lieu : **ROUEN**

1 boucle de 6 km

Trajet : Théâtre des Arts par métro ou bus

**13 h** : RV parvis du Théâtre des Arts

**13 h 30 précises** : départ rando du pied de la statue de Corneille

☉ Prévoir goûter



**Dimanche 19 janvier 2020**

Lieu : **LES DAMPS**

1 boucle de 12 km et 1 boucle de 7 km pour la rando douce

Trajet : 24 km aller – A13 sortie 20 Pont-de-l'Arche > Val-de-Reuil (D77) > Rt-Pt suivant 3è sortie à gauche > continuer jusqu'à la rivière Eure > prendre à droite rte de l'Eure > parking avant le pont (niveau rue des Plâtriers)

**12 h précises** : départ JDP

**12 h 30 précises** : départ rando du parking avant le pont

☉ Prévoir goûter



**Jeudi 23 janvier 2020**

Lieu : **OISSEL**

1 boucle de 11 km

Trajet : 12 km aller – Bld Industriel jusqu'au Rt-Pt des vaches  
> 3<sup>e</sup> sortie vers Oissel > au pigeonnier prendre à droite en  
direction du Palais des Congrès (en face parking de la  
piscine)

**13 h précises** : départ JDP

**13 h 45 précises** : départ rando du parking de la piscine

🕒 Prévoir goûter