



Programme 2020/2021

Octobre
Novembre
Décembre
Janvier

« marche & rêve »

Association de randonnée pédestre

Appart A501

45 rue du Mail

76100 ROUEN

Tel. 06.87.47.41.12.



marcheetreve-rouen@laposte.net

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

EDITO

Amies randonneuses, amis randonneurs,

Une saison tumultueuse se termine, une saison nouvelle commence avec toujours son lot d'incertitudes et d'appels à la prudence.

Une saison tumultueuse avec quelques annulations de randonnées (Lubrizol, mauvais temps) et 3 mois complets d'arrêt de notre activité (y compris la fête du 7 juin) du fait du coronavirus. A notre connaissance, personne au sein de Marche et Rêve n'a été gravement touché et c'est tant mieux. Je sais néanmoins que certains ont moralement mal vécu cette période : à ceux-là, je souhaite de retrouver l'envie de nous rejoindre.

Certes, nous avons repris de façon un peu chaotique, au gré des changements de consignes. Mais parce que nous avons pu (via internet) travailler à la programmation (voire à la reprogrammation avec modifications), les randonnées ont pu reprendre dès la fin du mois de juin. Nous avons également pu profiter des 2 séjours que nous avons lancé durant les 2 premiers mois de l'année et, ce, malgré le flot d'incertitudes auxquelles nous avons été confrontés : 11 participants dans les Cévennes et 18 en Indre et Loire. Un bon nombre d'entre vous nous ont fait part de leur soulagement et de leur bonheur de reprendre une activité de randonnée, de voir d'autres horizons. Cela fait chaud au cœur et nous permet de renvoyer les soucis rencontrés un peu en arrière-plan.

Voici, avec un peu de retard, un programme « normal » que nous espérons bien pouvoir mener à terme ! Je vous le laisse découvrir ... et adhérer ou réadhérer. Sur ce point, le montant de l'adhésion (18 €) demeure inchangé. Le conseil d'administration, au mois de juillet, a validé le principe d'un avoir de 4€ pour tous les adhérents de la saison précédente : ceux-ci n'auront donc à déboursier que 14€. Certes, nous recevons de nouvelles personnes à l'essai qui ont pris contact d'elles-mêmes mais n'oublions pas de faire fonctionner le bouche à oreille ! un document est à votre disposition pour vous faciliter la tâche.

Enfin, regardez bien la couverture du programme : l'adresse de Marche et Rêve a changé comme prévu lors de notre assemblée générale mais avec les impacts liés à la période de confinement, c'est-à-dire avec du retard et du bazar. Vous ne nous en voudrez pas, j'en suis certaine. N'oubliez pas les conseils de prudence de la page suivante !

Merci et à bientôt sur les chemins...

Christine BECQUET

LES REGLES SANITAIRES A OBSERVER POUR LE BIEN DE TOUS

- PORT DU MASQUE EN CAS DE COVOITURAGE ET DANS LES LIEUX OU IL EST OBLIGATOIRE
- GARDER UNE DISTANCE ENTRE RANDONNEURS (1m)
- ETRE EQUIPE DE SOLUTION HYDRO ALCOOLIQUE
- N'UTILISER QUE SON PROPRE MATERIEL
- TOUSSER, ETERNUER DANS UN MOUCHOIR OU A L'INTERIEUR DE SON COUDE

ET BIEN EVIDEMMENT

- NE PAS VENIR SI VOUS RESSENTEZ CERTAINS SYMPTOMES DU VIRUS
- AVERTIR MARCHE ET REVE (un animateur, Nadia ou Christine) AU CAS OU VOUS ETES ATTEINT DU VIRUS : cela permettra d'avertir tous les randonneurs présents en même temps que vous et les inviter à faire un test

CES REGLES DE PRUDENCE NE DOIVENT PAS OCCULTER LES REGLES DU CODE DE LA ROUTE QUE TOUT RANDONNEUR EN GROUPE DOIT RESPECTER AUSSI :

- EN PRESENCE DE TROTTOIRS OU DE BAS COTES PRATICABLES, NE PAS MARCHER SUR LA CHAUSSEE
- EN L'ABSENCE DE TELS EQUIPEMENTS :
 - o Si l'animateur demande de marcher à droite : en colonne par 2
 - o Si l'animateur demande de marcher à gauche : en colonne par 1
- **POUR TRAVERSER :**
 - o Obligatoirement sur le passage piéton à moins de 50 m de distance
 - o Sinon, sur ordre donné par l'animateur, tout le groupe en même temps
 - o JAMAIS EN DIAGONALE

ET TOUJOURS RESPECTER LES CONSIGNES DE L'ANIMATEUR ET DU SERRE-FILE QUI APPRECIENT LE RISQUE AUQUEL LE GROUPE PEUT SE TROUVER EXPOSE

LA CHASSE REPREND : EN CAS DE RANDONNEE A PROXIMITE DE CHASSEURS, RESTER GROUPE. PAS DE RANDONNEUR DEVANT L'ANIMATEUR, NI DERRIERE LE SERRE-FILE, tous deux équipés de gilets fluorescents et seuls habilités à discuter avec les chasseurs.

Dimanche 04 octobre 2020



Animation : Ghislaine R
Corinne L

Lieu : **BERNAY / CAORCHES-ST-NICOLAS**

Matin : 1 boucle de 10 km
Après-midi : 1 boucle de 9 km

Trajet : **Matin** : 65 km aller - Bernay par A28
Après-midi : 67 km aller – gare de Bernay > place de Verdun tourner à gauche D138, à droite D131, à droite rue Planquette Mairie de Caorches St-Nicolas (à gauche)

8 h 15 précises : départ JDP

9 h 45 précises : départ rando du parking de la gare de Bernay (Bld Dubus)

12 h 15 précises : départ JDP

13 h 45 précises : départ rando du parking de la Mairie de Caorches

Pour le pique-nique il aura lieu à CAORCHES

Samedi 10 octobre 2020



Animation: Catherine L
Annick G

Lieu : **YAINVILLE**

1 boucle de 8 km

Trajet : 28 km aller – Canteleu > St-Martin-de-Boscherville > Duclair > Yainville

12 h 45 précises : départ JDP

13 h 30 précises : Départ rando de l'église de Yainville

Dimanche 18 octobre 2020



Animation : Alain J / Bernard N
Rando douce : Christine B / Nadia S

Lieu : **PETIT APPEVILLE / OFFRANVILLE**

Matin : **Petit Appeville** - 1 boucle de 12 km
Après-midi : **Offranville** : 1 boucle de 11 km et 1 boucle de 7 km

Trajet : **matin** : 59 km aller : A150 > A151 (Dieppe) A St-Aubin, à gauche > D153 > Petit Appeville. **Après-midi** : 61 km aller : Idem jusqu'à St-Aubin, à gauche > Offranville

8 h 30 précises : départ JDP

9 h 30 précises : départ rando de l'église de Petit Appeville

12 h 30 précises : départ JDP

13 h 30 précises : départ des 2 randos du parking du Parc du Vieux Colombier à Offranville



Jeudi 22 octobre 2020

Animation : Ghislaine R
Monique M

Lieu : **BOURG-ACHARD**

1 boucle de 10 km

Trajet : 27 km aller – A13, sortie Maison Brûlée > St-Ouen-de-Thouberville > Bourg Achard (à gauche après l'église parking des associations)

12 h 45 précises : départ JDP

13 h 30 précises : départ rando du parking des associations (juste après les écoles)

Dimanche 08 novembre 2020



Animation : Corinne L
Michel S

Lieu : **QUINCAMPOIX**

1 boucle de 11 km

Trajet : 19 km aller – A28 – sortie Isneauville > Quincampoix

12 h 30 précises : départ JDP

13 h 15 précises : départ rando du parking du cimetière

Samedi 14 novembre 2020



Animation : Annick G
Monique M

Lieu: **CONNELLES**

1 boucle de 7,5 km

Trajet : 38 km aller – A13 sortie Incarville > St-Pierre-du-Vauvray D313. Après Andes > D19 > Connelles **OU** Bonsecours > Après Franqueville > D95 Quévreville-la-Poterie > Pitres D20 > D19 Connelles

12 h 30 précises : départ JDP

13 h 30 précises : départ rando place de la Mairie

Dimanche 22 novembre 2020



Animation : Odile L / Martine K

Rando douce : Catherine L

Maryvonne La

Lieu : **PREAUX**

1 boucle de 11 km et 1 boucle de 8 km

Trajet : 20 km aller – A28 jusqu'à Isneauville et dir. Preaux

11 h 45 précises : départ JDP

12 h 30 précises : départ rando de l'église de Preaux

Jeudi 26 novembre 2020



Animation: Catherine D

Odile L

Lieu : **DUCLAIR**

1 boucle de 10 km

Trajet : 20 km aller - Canteleu > Duclair **OU** Bus n° 30 Halte routière Rouen > Bac de Duclair

12 h 30 précises : départ JDP

13 h 15 précises : départ rando place de la mairie

Bus n°30: Halte routière Rouen 12 h 30



Samedi 05 décembre 2020

Animation: Maryvonne LA
Nadia S

Lieu : **LA VIEUX-RUE**

1 boucle de 7,2 km

Trajet : 19 km aller – Darnétal N31 > avant Martainville
prendre à gauche D7 > La Vieux-Rue

12 h 45 précises : départ JDP

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



Dimanche 13 décembre 2020

Animation : Martine K
Martine L

Lieu : **LA SAUSSAYE**

1 boucle de 10 km

Trajet : 23 km aller – Elbeuf > Le Neubourg D840 > à
environ 2 km, au rd-pt à gauche > La Saussaye

11 h 45 précises : départ JDP

12 h 30 précises : départ rando de la collégiale St-Louis



Jeudi 17 décembre 2020

Animation : Ghislaine R
Joëlle O

Lieu : **VAL DE LA HAYE**

1 boucle de 10 km

Trajet : 15 km aller – Dir. Le MIN > Val de la Haye

12 h 30 précises : départ JDP

13 h précises : départ rando du Parking face à la
mairie

Dimanche 10 janvier 2021



Animation : Ghislaine R
Bernard N

Lieu : **TOUFFREVILLE (27) LA JACASSIERE**

1 boucle de 11 km

Trajet : 33,5 km aller – Rouen Boos > Fleury-sur-Andelle >
Charleval. Après Charleval, à la Bove D321 > Ménesqueville
> D11 > D12 > Touffreville

11 h 30 précises : départ JDP

12 h 30 précises : départ rando du parking de l'église St-
Pierre

Samedi 16 janvier 2021



Animation : Maryvonne LA
Chantal U

Lieu : **LONGUERUE**

1 boucle de 6,5 km

Trajet : 30 km aller – A28 sortie Moulin d’Ecalles > à la fourche à gauche > au rd-pt la Rue-St-Pierre puis la 1^{ère} à gauche > Longuerue

12 h 45 précises : départ JDP

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

Dimanche 24 janvier 2021



Animation : Odile L / Catherine D
Rando douce : Catherine L / Annick G

Lieu : **LES AUTHIEUXPORT-ST-OUEN**

1 boucle de 10 km et 1 boucle de 8 km

Trajet : 16 km aller - Rouen > Amfreville > St-Adrien
Les Authieux sur le Port st-Ouen

13 h précises : départ JDP

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



Jeudi 28 janvier 2021

Animation : Alain J
Christine B

Lieu : **FORET VERTE (HOUPEVILLE)**

1 boucle de 11 km

Trajet : 14,5 km aller – A150 sortie Maromme > N.D.DE
Bondeville > Houpeville

12 h 30 précises : départ JDP

13 h précises : départ rando du parking du cimetière
d'Houpeville

Futures dates de randonnées à retenir en 2021 :

Les dimanches : 07/02 – 21/02 – 07/03 – 21/03 -11/04 – 09/05 – 23/05

Les jeudis : 25/02 – 25/03 – 22/04 – 27/05

Les samedis : 13/02 – 13/03 – 17/04 – 15/05

Les randos douces du dimanche après-midi : 21/02 – 21/03 – 23/05