



# Programme 2023

Janvier

Février

Mars

Avril

## « marche & rêve »

Association de randonnée pédestre

Appart A501

45 rue du Mail

76100 ROUEN

Tel. 06.87.47.41.12.

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

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



Association affiliée

---

## **Futures dates de randonnées à retenir**

Dimanche : 07/05 – 21/05 – 04/06 – 25/06 – 02/07 – 16/07 – 27/08

Jeudi : 25/05 – 22/06 – 20/07

Samedi : 13/05 – 10/06 – 08/07

Randos douces du dimanche après-midi : 21/05 – 25/06 – 16/07



**Dimanche 08 janvier 2023**

Animation : Martine K / Bernard N

Lieu : **QUEVILLON**

1 boucle de 10 km

Trajet : 15 km aller – Canteleu (D982) – Dir. Duclair > au rd-pt à gauche (D367)

**12 h précises** : départ JDP

**12 h 45 précises** : départ rando place de la mairie



**Samedi 14 janvier 2023**

Animation : Catherine L / Annick G

Lieu : **VARNEVILLE-BRETTEVILLE**

1 boucle de 8 km

Trajet : 32 km aller - A150 > sortie Dieppe > sortie Val-de-Saane > (D927) Varneville-Bretteville

**12h 45 précises** : départ JDP

**13 h 30 précises** : départ rando du parking de la mairie



**Dimanche 22 janvier 2023**

Animation : Alain J / Maryvonne LE

Rando douce : Maryvonne LA / Chantal U

Lieu : **HÉNOUVILLE**

1 boucle de 12 km (dénivelé 186 m) et 1 boucle de 7 km  
d(denivelé 28 m)

Trajet : 16 km aller - A150 sortie 2 La Vaupalière > 1<sup>er</sup> rd-pt dir.  
Duclair > Traverser La Vaupalière > 1<sup>er</sup> carrefour, à gauche D67  
> Hénouville

**11 h 45 précises** : départ JDP

**12 h 30 précises** : départ rando du parking de la mairie



**Jeudi 26 janvier 2023**

Animation : Michel S / Joelle O

Lieu : **ROUMARE**

1 boucle de 11 km

Trajet : 18 km aller – A150 sortie La Vaupalière > 2<sup>ème</sup> rd-pt dir.  
Barentin > Roumare (à gauche)

**12 h 45 précises** : départ JDP

**13 h 30 précises** : départ rando parking de la mairie



**Dimanche 05 février 2023**

Animation : Christine B / Catherine D

Lieu : **PINTERVILLE (27)**

1 boucle de 10 km (dénivelé + 127 m)

Trajet : 37 km aller – A13 sortie A154 Evreux > Acquigny > D71 dir. Louviers – à droite D522 > Pinterville

**12 h 15 précises** : départ JDP

**13 h précises** : départ rando parking de L'église



**Samedi 11 février 2023**

Animation : Maryvonne LA / Chantal U

Lieu : **FRANQUEVILLE-SAINT-PIERRE**

1 boucle de 8 km (sans denivelé)

Trajet : 13 km aller - Rouen > Bonsecours – Mesnil-Esnard > Franqueville-Saint-Pierre

**13 h précises** : départ JDP

**13 h 30 précises** : départ rando parking du Cimetière



**Dimanche 19 février 2023**

Animation : Corinne L / Odile L  
Rando douce : Catherine Le / Chantal U

Lieu : **MARTOT**

1 boucle de 12,5 km (dénivelé 121 m) et 1 boucle de 8 km (dénivelé 46 m)

Trajet : 22 km aller - A13 sortie 20 Criquebeuf-sur-Seine > Dir. Elbeuf > Martot (à gauche)

**11 h 45 précises** : départ JDP

**12 h 30 précises** : départ des 2 randos du parking de la mairie



**Jeudi 23 février 2023**

Animation: Ghislaine R / Chantal U

Lieu : **BERVILLE-EN-ROUMOIS (27)**

1 boucle de 10,5 km (dénivelé 80 m)

Trajet : 27 km aller - Bourghtheroulde > à droite, après l'église > faire 4 km, tourner à gauche > Berville

**11 h 45 précises** : départ JDP

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



**Dimanche 05 mars 2023**

Animation: Ghislaine R / Christine B / Bernard N

Lieu : **RY**

**Matin** : 1 boucle de 11 km (dénivelé 86m)

**Après-midi** : 1 boucle de 10 km (dénivelé 157 m)

Trajet : 22 km aller – Dir. Gournay > Martainville > au 2<sup>ème</sup> rd-pt à gauche > Ry

**08 h 45 précises** : départ JDP

**09 h 30 précises** : départ rando de l'Office du Tourisme

**12 h 45 précises** : départ JDP

**13 h 30 précises** : départ rando du même endroit



**Samedi 11 mars 2023**

Animation : Maryvonne LA / Nadia S

Lieu : **BONSECOURS (FUNICULAIRE)**

1 boucle de 8 km

Trajet : 12 km aller – Rouen > Bonsecours (Basilique)

**13 h précises** : départ JDP

**13 h 30 précises** : départ rando parking de la place du marché



**Dimanche 19 mars 2023**

Animation : Alain J / Bernard N  
Rando douce : Maryvonne La / Nadia S

Lieu : **Matin : YAINVILLE / Après-midi : JUMIEGES**

Matin : 1 boucle de 11 km (dénivelé 177 m)  
Après-midi : 1 boucle de 11 km (dénivelé 86 m) et 1 boucle de 8 km (dénivelé 86 m)

Trajet : matin : 27 km aller – Rouen > Duclair > Yainville  
après-midi : 29 km aller – Rouen > Duclair - Jumièges

**08 h 30 précises** : départ JDP

**09 h 30 précises** : départ rando parking du cimetière

**12 h 30 précises** : départ JDP

**13 h 30 précises** : départ des 2 randos parking de l'Abbaye



**Jeudi 23 mars 2023**

Animation : Maryvonne Le / Martine K

Lieu : **LE MONT DE L'IF**

1 boucle de 9,5 km

Trajet : 31 km aller – A150 sortie Barentin > Croixmare > au rd-pt à gauche D304 > Mont de l'If

**12 h 45 précises** : départ JDP

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





## Dimanche 02 avril 2023

Animation : matin : Odile L / Stéphane B  
après-midi : Odile L / Catherine D

Lieu : **matin : BELLENCOMBRE / après-midi : ROSAY**

Matin : 1 boucle de 10 km (dénivelé 181 m)  
Après-midi : 1 boucle de 13 km (dénivelé 155 m)

Trajet : matin 45 km aller – A28 sortie aire de Puceuil > D98 Rosay > D154 Bellecombres. Après-midi : 43 km aller même parcours jusqu'à Rosay

**08 h 15 précises** : départ JDP

**09 h précises** : départ rando Bellecombres Rte de St-Saens

**12 h 45 précises** : départ JDP

**13 h 30 précises** : départ rando cimetière de Rosay



## Samedi 08 avril 2023

Animation : Catherine L / Annick G

Lieu : **BACQUEVILLE-EN-CAUX**

1 boucle de 8 km

Trajet : 51 km aller – A150 > A 151 dir. Dieppe – Sortie Bacqueville-en-Caux (D149)

**12 h 30 précises** : départ JDP

**13 h 30 précises** : départ rando parking de la mairie



## Dimanche 16 avril 2023

Animations : Christine B / Ghislaine R / Martine L  
Rando douce : Chantal U / Nadia S

Lieu : **matin : CAUDEBEC EN CAUX / après-midi : <SAINT GILLES DE CRETOT**

Matin : 1 boucle de 10 km (denivelé 187 m)  
Après-midi : 1 boucle de 11 km (dénivelé 164 m) et 1 boucle de 7 km (dénivelé 76 m)

Trajet : **matin** : 36 km aller – A150 sortie La Vaupalière > 1<sup>er</sup> rd-pt à gauche Saint-Pierre-de-Varengeville > Duclair > Caudebec-en-Caux. **Après-midi** : 45 km aller – même parcours. Après Caudebec D131 dir. Maulévrier > à gauche D40 > Saint-Gilles-de-Crétot

**08 h 30 précises** : départ JDP

**09 h 30 précises** : départ rando parking eglise Notre Dame

**12 h 30 précises** : départ JDP

**13 h 30 précises** : départ rando parking de la mairie



## Jeudi 27 avril 2023

Animation : Michel S / Stéphane B

Lieu : **RONCHEROLLES-SUR-LE-VIVIER**

1 boucle de 10 km (denivelé + 219 m et – 167 m)

Trajet : 12 km aller - Rouen > dir. Gournay > Après St-Jacques-sur-Darnétal, à gauche > Roncherolles-sur-le-Vivier

13 h précises : départ JDP

13 h 30 précises : départ rando parking du stade