



PROGRAMME DU 2^{ème} SEMESTRE 2024

Cotisation année 2023-2024 : Adulte 35 € Mineur 15 €

Courriel : marcheetdecouverte@orange.fr

Site Internet de l'association: <http://med.sportsregions.fr>

Contacts : Benoît LEVILLAIN 06 13 04 23 92 ; Bertrand GUILMARD 06 85 07 67 58

Les randonnées proposées se font sur un parcours de 10 ou 20 Km. En cas de verglas ou de neige, il y a tous les jours une randonnée de remplacement de prévue.

Date	Lieu de randonnée	Départ *	Responsables et renseignements
Dimanche 1 Septembre	Cambremer	08 heure 30	Patrick CONAN 06 76 70 36 51 Bertrand GUILMARD 06 85 07 67 58 Élise FOUET 06 45 48 57 57
Mercredi 4 Septembre	3 Ormes - Verson	13 heure 30	Eliane DENEU 06 70 30 06 44 Jean-Claude DESGUETS 06 27 32 10 59 Laurent LEPROVOST 06 45 71 74 30
Samedi 7 Septembre	Forum associations		Membres CA
Lundi 9 Septembre	Écots	09 heure 30	Daniel MARCHAND 06 95 77 32 78 Bertrand GUILMARD 06 85 07 67 58 Chantal EMO 06 70 44 22 16
Samedi 14 Septembre	<u>Marche rapide</u>: Houlgate par la corniche	13 heure 30	Didier CHENET 06 85 66 73 34 Jean-Luc LEMIEUX 06 85 51 28 82 Élise FOUET 06 45 48 57 57 Laurent LEPROVOST 06 45 71 74 30 Patrick CONAN 06 76 70 36 51
Dimanche 15 Septembre	Gouffern en Auge	8 heure 30	Bertrand GUILMARD 06 85 07 67 58 Patrick CONAN 06 76 70 36 51 Jean-Luc LEMIEUX 06 85 51 28 82
Dimanche 22 Septembre	Repas association		Membres CA
Mercredi 25 Septembre	Val-Roy - Ouffières	13 heure 30	Dominique VAPPEREAU 06 70 52 29 63 Élise FOUET 06 45 48 57 57 Chantal EMO 06 70 44 22 16 Bertrand GUILMARD 06 85 07 67 58
Dimanche 29 Septembre	La Virade de l'espoir		Didier CHENET 06 85 66 73 34 Et membres CA présents
Dimanche 6 Octobre	Au cœur de la Vallée du Chaussey Blangy-le-Château	8 heure 30	Jean-Claude DESGUETS 06 27 32 10 59 Patricia LEBÉHOT 06 33 36 58 53 Laurent LEPROVOST 06 45 71 74 30
WE 11/12/13 Octobre	Saint-Aubin du Thenney – Pays d'Ouche		Benoît LEVILLAIN 06 13 04 23 92 Bertrand GUILMARD 06 85 07 67 58 Patrick CONAN 06 76 70 36 51
Mercredi 16 Octobre	Saint Pierre en Auge – Autour des arpent du soleil	13 heure 30	Dominique VAPPEREAU 06 70 52 29 63 Annie JOURDAIN 06 09 83 95 34 Daniel MARCHAND 06 95 77 32 78
Samedi 19 Octobre	<u>Marche rapide</u> : Fresney le Puceux - Forêt de Cinglais	13 heure 30	Didier CHENET 06 85 66 73 34 Laurent LEPROVOST 06 45 71 74 30 Isabelle CASANOVA 06 18 91 66 26 Élise FOUET 06 45 48 57 57
Lundi 21 Octobre	Sur les traces des romains de Courseulles à Banville	09 heure 30	Jean-Claude DESGUETS 06 27 32 10 59 Eliane DENEU 06 70 30 06 44 Daniel MARCHAND 06 95 77 32 78
Dimanche 3 Novembre	Le marais de Trévières	08 heure 30	Eliane DENEU 06 70 30 06 44 Annie JOURDAIN 06 09 83 95 34 Jean-Claude DESGUETS 06 27 32 10 59
Mercredi 13 Novembre	Asnelles – Ryes – Dans la vallée de La Gronde	13 heure 30	Patrick CONAN 06 76 70 36 51 Laurent LEPROVOST 06 45 71 74 30 Dominique VAPPEREAU 06 70 52 29 63
Samedi 16 Novembre	<u>Marche rapide</u> : Blainville	13 heure 30	Jean-Luc LEMIEUX 06 85 51 28 82 Élise FOUET 06 45 48 57 57 Isabelle CASANOVA 06 18 91 66 26
Lundi 18 Novembre	Evrecy	09 heure 30	Daniel MARCHAND 06 95 77 32 78 Chantal EMO 06 70 44 22 16 Dominique VAPPEREAU 06 70 52 29 63 Jean-Claude DESGUETS 06 27 32 10 59
Dimanche 24 Novembre	Noron-la-Poterie	08 heure 30	Annie JOURDAIN 06 09 83 95 34 Patrick CONAN 06 76 70 36 51 Chantal EMO 06 70 44 22 16

29/30 Novembre	Téléthon		Membres CA
Mercredi 4 Décembre	Marais de Bellengreville	13heure 30	Daniel MARCHAND 06 95 77 32 78 Laurent LEPROVOST 06 45 71 74 30 Bertrand GUILMARD 06 85 07 67 58 Eliane DENEU 06 70 30 06 44
Lundi 9 Décembre	Vallée de la Guigne	9 heure 30	Eliane DENEU 06 70 30 06 44 Daniel MARCHAND 06 95 77 32 78 Jean-Claude DESGUETS 06 27 32 10 59
Samedi 14 Décembre	<u>Marche rapide:</u> Autour d'Arromanches	13 heure 30	Élise FOUET 06 45 48 57 57 Isabelle CASANOVA 06 18 91 66 26 Didier CHENET 06 85 66 73 34 Laurent LEPROVOST 06 45 71 74 30
Dimanche 15 Décembre	De Saint Jean Eudes au Vaugueux	8 heure 30	Chantal EMO 06 70 44 22 16 Patrick CONAN 06 76 70 36 51 Benoît LEVILLAIN 06 13 04 23 92
Mercredi 8 Janvier	Ranville - Hérouvillette	13 heure 30	Élise FOUET 06 45 48 57 57 Bertrand GUILMARD 06 85 07 67 58 Eliane DENEU 06 70 30 06 44
Samedi 11 Janvier	<u>Marche rapide:</u> Saint Honorine du Fay en passant par 3 Monts	13 heure 30	Didier CHENET 06 85 66 73 34 Isabelle CASANOVA 06 18 91 66 26 Jean-Luc LEMIEUX 06 85 51 28 82 Élise FOUET 06 45 48 57 57
Dimanche 12 Janvier	Assemblée Générale M&D		Membres CA
Dimanche 19 Janvier	De Saint-Michel de Vaucelles à La Baronnie	8 heure 30	Benoît LEVILLAIN 06 13 04 23 92 Bertrand GUILMARD 06 85 07 67 58 Patrick CONAN 06 76 70 36 51
Janvier	Séjour Raquettes (en suspens)		Patrick CONAN 06 76 70 36 51
De Septembre à Janvier	<u>Marche Nordique</u> (Sur inscription jusqu'au 1ier novembre)	Mardi matin et Samedi après-midi	Patrick CONAN 06 76 70 36 51

* **Sauf indication contraire**, le départ des randonnées s'effectue toujours depuis l'aire de covoiturage : zone du Maresquier, rue de la Voie au Coq, Ouireham.

** **Pour l'inscription à cette randonnée, un certificat médical de moins d'un an sera demandé.** Pour ces mêmes randonnées le nombre de places est limité, en cas de dépassement d'inscriptions, un tirage au sort sera effectué. Le résultat sera communiqué aux intéressés 2 semaines après la date limite d'inscription.

ASSOCIATION « MARCHE ET DÉCOUVERTE »

Extrait du RÈGLEMENT INTERIEUR

Le but de l'association :

Organiser des promenades pédestres en groupe. Ces sorties permettront de s'intéresser aux sites historiques, à la faune et la flore.

Adhérents mineurs :

Les mineurs ne pourront pas adhérer à l'association sans l'autorisation de leur responsable légal. Ils sont admis dans les sorties sous la responsabilité de leurs parents ou de toute autre personne adulte.

Organisation des 2 lieux de rassemblement :

- 1- **La zone de covoiturage à OUISTREHAM :** zone du Maresquier, rue de la Voie au Coq. L'heure de départ est celle indiquée sur le programme semestriel des randonnées.
- 2- **Le lieu de départ des randonnées :** l'endroit exact du parcage, l'heure de départ, la distance, les difficultés éventuelles, et les équipements conseillés (bâtons,...), seront mentionnés sur le site internet et la page Facebook de l'association.

Consignes pour le bon déroulement des sorties :

Il est demandé aux adhérents d'être ponctuels aux rendez-vous des 2 départs.

Chaque sortie est placée sous la responsabilité d'un membre du CA, et chacun devra respecter les consignes au départ des randonnées.

Il est rappelé que l'organisateur est le seul habilité à guider les participants.

Il est demandé aux adhérents, de s'habiller, de s'équiper et de se chauffer selon l'itinéraire et les conditions atmosphériques.

Les postes de radio ne sont pas admis au cours des sorties.

La présence des chiens n'est pas autorisée durant les randonnées.

Respect de l'environnement :

Les personnes et les biens devront être respectés par tous. On devra s'abstenir de cueillir des fleurs et des plantes, de couper bois et arbustes.

Le code la route :

Chaque adhérent devra se conformer à la réglementation du code de la route. L'inobservation des règles de circulation ne pourra, en cas d'accident, entraîner la responsabilité de l'association. La règle générale de circulation adoptée lorsque la randonnée emprunte les routes, est de marcher à droite (en paquets).

Règles de vie en groupe :

L'engagement des inscrits au respect des règles de vie lors de randonnées de plusieurs jours, est consultable sur le site internet de l'association (Règlement Intérieur

Frais engagés par les membres de l'association donnant droit à dédommagement :

Les modalités d'application sont consultables sur le site internet de l'association (Règlement Intérieur complet). Elles ont été définies lors du CA du 24 mai 2012.

Affectation des tâches :

Dans le cas d'une organisation en structure collégiale, le tableau d'affectation des tâches des membres du CA (conseil d'administration), est consultable sur le site internet de l'association (Règlement Intérieur complet).

