



Calendrier 2020 des Randonnées et Activités



CLUB VOSGIEN
Association de Gérardmer
www.club-vosgien-gerardmer.com

QUELQUES CONSEILS CLUB VOSGIEN NATURE PROPRE

- 1-N'arrachez pas les plaques indicatrices, les plaquettes de rappel, les panneaux de signalisation.
- 2-N'abandonnez pas vos ordures quand vous avez pique-niqué, ne souillez pas les bancs, tables, refuges.
- 3-N'allumez pas de feu en forêt, surtout en période de sécheresse. Fumeurs, fumeuses soyez prudents !
- 4-Suivez les sentiers tracés, tenez les chiens en laisse.
- 5-Ne faites pas rouler les pierres dans les pentes.
- 6-Respectez les fleurs et les arbres de nos montagnes, ne cassez pas les branches, ne cueillez pas les fleurs sans raison.
- 7-Ne cueillez pas les fruits qui pendent aux arbres des vergers.

**Le Club Vosgien est soucieux de la Protection de la Nature.
Plus que tout autre, le marcheur du Club Vosgien doit respecter
la flore et la faune des sites qu'il visite.**

PARLONS SÉCURITÉ

La Marche est un sport, pour la pratiquer vous devez vous assurer que vous pouvez le faire sans risque.

Lors de votre inscription triennal, vous devez fournir un certificat médical de votre médecin précisant que vous êtes aptes à la randonnée en moyenne montagne.

Pour qu'une randonnée soit réussie, vous devez emporter un minimum de boisson. Il faut boire et s'alimenter régulièrement pour éviter les coups de fatigue. Il faut pouvoir gérer un imprévu. Vous devez être bien chaussés. Une bonne chaussure montante sécurisera vos chevilles et vous évitera entorse, foulure ...

RANDONNEES / EVENEMENTS 2020

Date	But	Code	Durée	Responsables
Dim.5/1	Galette des Rois à Gerbépal	★	1/2 j	Comité / Patrick (06.32.45.61.37.)
Mer.15/1	Sortie Raquettes Gérardmer		1/2j	François Bravo (06 20 50 53 58)
Sam.18/1	AG. FFSP / Corcieux à 9 h (repas)		1j	FFSP88
Dim.19/1	AG Club Vosgien Gérardmer (repas)		1j	Comité
Mer.29/1	Sortie Raquettes Gérardmer		1/2j	Jacky Thiebaut (06 72 35 18 97)
Sam/Dim 8-9 /02	Raquettes Col du Calvaire	★★	2j	François Poirot (06 18 12 33 18)
Mer.12/2	Raquettes Rehaupal		1/2j	Denis Lalevée (03 29 66 37 13)
Mer.26/2	Raquettes Liezey		1/2j	Jean Pierre Houot (06 78 78 20 38)
Mer.4/3	Marche douce Les Marmottes		1/2j	Joële Ravigneaux (06 70 63 98 07)
Mer.11/3	Autour de Gérardmer		1/2j	Volontaire
Sam.14/3	Repas des bénévoles Les Jonquilles		1j	Joële Ravigneaux (06 70 63 98 07)
Mer.25/3	Les carrières de Fossottes Nompattelise		1/2j	Véronique Colin (03 29 58 54 54)
Dim.29/3	Randonnée visite dans le Toulois (bus)		1j	Evelyne Collignon (06 20 63 85 83)
Sam.4/4	AG District V / Salle des Armes Mairie		1j	Comité / Patrick Roux (06 32 45 61 37)
Dim.5/4	Rando pour tous District V avec repas		1j	Patrick Roux (06 32 45 61 37)
Dim.5/4	Marche d'orientation		1j	François Bravo (06 20 50 53 58)
Mer.8/4	Marche douce Les Marmottes		1/2j	Joële Ravigneaux (06 70 63 98 07)

Date	But	Code	Durée	Responsables
Jeu.16/4	Randonnée Les Voivres avec repas	★ ★	1j	Jean Pierre Houot (06 78 78 20 38)
Sam.18/4	AG / AD Club Vosgien 88		1j	AD / Club Vosgien 88
Dim.19/4	Champ du feu	★ ★ ★	1j	Jean Francois Dehlinger (06 45 89 80 36)
Dim.19/4	Marche populaire Sarrebourg		1j	Club Vosgien Sarrebourg
Mer.22/4	Randonnée Le Lispach	★	1/2j	Patrick Roux (06 32 45 61 37)
Dim.26/4	Marche avec Les Sapins de Fraize (repas)		1j	Jean Paul Houvion (06 85 95 89 32)
Jeu.30/4	Girmont / Val d' Ajol	★ ★	1j	Philippe Curien (03 29 61 78 44)
Ven.1/5	Marche d'orientation		1j	François Bravo (06 20 50 53 58)
Dim.3/5	Rando à la Bresse	★ ★ ★	1j	Club Vosgien La Bresse (16km/dénivelé 534 m)
Mer.6/5	Marche douce Les Marmottes		1/2j	Joëlle Ravigneaux (06 70 63 98 07)
Ven.8/5	Marche populaire Docelles 10 et 20 km			Aubert Gabriel (07 87 06 42 15)
Dim.10/5	Marche populaire St Etienne les Remiremont			Germain Philippe (03 29 26 18 00)
Dim. 10/5	Ronchamp	★ ★	1j	Raymond Schmidt (06 18 04 02 16)
Jeu.14/5	Kaysersberg	★ ★ ★	1j	Yves Colin (03 29 58 54 54)
Dim.17/5	Marche populaire St Nabord 5/10/20/42 km			Claude Noël (06 32 41 33 73)
Mer.20/5	Balisage Marche Nordique		1j	Comité et volontaires
Jeu.21/5	Festival Marche Nordique et de la randonnée		1j	Comité CVG Gérardmer / Gérard Dautcourt
Dim.24/5	Marche populaire Raon aux Bois 5/10/15/20 km			Damien Violant (06 07 27 71 59)

Date	But	Code	Durée	Responsables
23 au 29/5	Séjour Cap France / Drôme		7j	François Poirot (06 18 12 33 18)
Jeu.28/5	Vanémont	★ ★	1j	René Martin (03 29 50 18 36)
Lun.1/6	Barbecue Rochesson	★	1 j	Philippe Curien et Gérard Dieudonné (03 29 61 78 44)
Mer.3/6	Marche douce Les Marmottes		1/2j	Joële Ravigneaux - Eliane Pierrat - (06 70 63 98 07).
Sam. 6/6	AG. Fédération Club Vosgien Mulhouse		1j	Club Vosgien Mulhouse
Dim.7/6	Marche Rehaupal	★ ★	1j	Randonnée Groupama / Rehaupal Denis Lalevée
Mer.10/6	Les Roches de Lormont		1/2j	Francis Georges (06 78 93 76 11)
Dim.14/6	Marche d'orientation		1j	François Bravo (06 20 50 53 58)
Sam.13 et Dim.14/ 6	Rando Rouge Gazon	★ ★ ★		Gérard Dieudonné (03 29 61 78 44)
Dm.14/6	Marche populaire Gerbéal 10/20km			Claude Bertrand (06 30 02 36 88)
Jeu.18/6	Découverte de Molsheim (repas / pique nique)	★ ★	1j	Yves Colin (03 29 58 54 54)
Dim.21/6	Roches gigantesques Celles sur Plaine	★ ★	1j	Yves Colin (03 29 58 54 54)
Jeu.25/6	Liezey	★ ★	1j	René Durin (03 29 60 48 37)
Jeu.25/6	Réunion préparatoire MP 20h Mairie Gérardmer			Tous les volontaires
Dim.28/6	Le Haut du Riant	★ ★ ★	1j	Joële Ravigneaux (06 70 63 98 07).
Mer.1/7	Randonnée avec Namur Tour de la Bresse	★ ★ ★	1j	François Poirot (06 18 12 33 18)
Jeu.2/7	Randonnée avec Namur Droit de Cornimont	★ ★ ★	1j	Yves Colin (03 29 58 54 54)
Dim.5/7	Marche populaire Pouxoux 5/10/20km			Eric Moulin (06 19 18 38 60)

Date	But	Code	Durée	Responsables
Jeu.9/7	Reconnaissance Marche populaire 10/21 Km	★ ★	1j	Yves Colin - René Martin (03 29 58 54 54)
Dim.12/7	Reconnaissance Marche populaire marathon	★ ★ ★	1j	Yves Colin - René Martin (03 29 58 54 54)
18 et 19 Juillet 2020 39 ^{ème} Marche populaire internationale de montagne				Comité et bénévoles
Jeu.23/7	Ecromany Les Mille Etangs	★ ★ ★	1j	Marie-Claude Eudes (03 29 63 26 75)
Dim.26/7	Marche populaire Corcieux 6/11/21km			Mairie Corcieux (03 29 50 67 21)
Mer.29/7	Environ de Granges	★	1/2j	Eliane Pierrat (03 29 63 30 24)
Dim.2/8	Marche populaire Barbey-Seroux 5/10/20km			Marc Jacob (06 08 34 81 51)
Jeu.6/8	Orbey La Tour de Faudé	★ ★ ★	1j	Lucienne Martin (06 82 32 25 13)
Dim.9/8	Val et Chatillon	★ ★ ★	1j	Jean Pierre Houot (06 78 78 20 38)
Mer.12/8	Environ Gérardmer		1/2j	Un volontaire
Jeu.13/8	Chaume du Grand Ventron	★ ★ ★	1j	Patrick Roux (06 32 45 61 37)
Sam.15/8	Marche populaire Fraize 10/20/30km			Jean Paul Houvion (06 85 95 89 32)
Jeu.20/8	Aubure	★ ★ ★	1j	Jean François Dehlinger (06 45 89 80 36)
Jeu.27/8	Ruines des Chateaux de Ribeaupvillé / Thaenichel	★ ★	1j	Jacky Thiebaut (06 72 35 18 97)
Mer.2/9	Marche douce Les Marmottes		1/2j	Joële Ravigneaux (06 70 63 98 07)
Dim.6/9	Marche d'orientation		1j	François Bravo (06 20 50 53 58)
Mer.9/9	Tour de Bouzey	★	1/2j	René Durin (03 29 60 48 37)
Jeu.10/9	Dommartin les Remiremont (Les Etangs)	★ ★	1j	Denis Lalevée (03 29 66 37 13)

Date	But	Code	Durée	Responsables
Dim.13/9	Marche populaire Dounoux 6/11/20km			Jean-Marie Géhin (06 70 37 86 86)
Mer.16/9	Le Haut du Tôt		1/2j	Patrick Roux (06 32 45 61 37)
19-20 21-22/9	Rando itinérante Munster/ Munster	★★★★	4j	François Poirot. (06 18 12 33 18)
Jeu.24/9	La tête du Coquin	★★★★	1j	Marie-Claude Eudes (03 29 63 26 75)
Dim.27/9	Marche populaire Rochesson 10/20km			Jean-Luc Géhin (06 83 98 21 82)
Jeu.1/10	Haut du Felsach (repas ferme)	★★★	1j	François Poirot (06 18 12 33 18)
Dim.4/10	Vosges du Nord (bus).	★	1j	François Bravo (06 20 50 53 58)
Mer.7/10	Marche douce Les Marmottes		1/2j	Joële Ravigneaux (06 70 63 98 07)
Jeu.8/10	Colroy La Roche	★★★★	1j	Jean Pierre Houot (06 78 78 20 38)
Dim.11/10	Le Tour du Petit Ballon	★★★★	1j	Joël Baradel (06 76 17 84 56)
Mer.14/10	Autour de Gérardmer		1/2j	Volontaire
Dim.18/10	Luxeuil à St Valbert	★★★	1j	Lucienne Martin (06 82 32 25 13)
Mer.21/10	La Roche des Bioquets	★★★	1/2j	Jean Pierre Houot (06 78 78 20 38)
Mer.28/10	Le plateau des Charmes / Rochesson	★	1/2j	Gérard Dieudonné (03 29 61 78 44)
Mer.4/11	Environ Gérardmer		1/2j	Volontaire
Sam.14/11	Repas des baliseurs et animateurs Marche Nordique		1j	Yves Colin (03 29 58 54 54)
Mer.18/11	Environ Gérardmer		1/2j	Volontaire
Jeu.19/11	Calendrier 2021 / 20h Mairie de Gérardmer			Comité et bénévoles

Date	But	Code	Durée	Responsables
Mer.25/11	Environ Gérardmer		1/2j	Volontaire
Sam.28/11	Rando de nuit et beaujolais nouveau	★ ★	Soirée	François Poirot et Denis Lalevée (06 18 12 33 18)
Mer.2/12	Environ Gérardmer		1/2j	Volontaire
Mer.2/12	Illumination Noël Luxembourg (Bus)		1j	François Bravo (06 20 50 53 58)
Mer.9/12	Environ de Gérardmer		1/2j	Volontaire
Sam.19/12	Marche de nuit autour de Munster illuminé	★	1/2j	Comité
Dim.10/1	Galette des Rois à Gerbépal	★	1/2j	Comité
Dim.24/1	AG Club Vosgien Gérardmer		1j	Comité.

CODIFICATION DES RANDONNÉES

- ★ Promenade, rythme familial, inférieur à 4h de marche et faible dénivelé(inférieur à 400 m)
- ★ ★ Rythme randonneur, inférieur à 6h de marche à 4 km/h et dénivelé inférieur à 600 m.
- ★ ★ ★ Rythme randonneur chevronné, 6 à 7h de marche à 4 à 5 km/h et dénivelé inférieur à 1 000 m.
- ★ ★ ★ + Rythme randonneur chevronné choisi par le guide, vitesse 5 km/h ou plus, durée et dénivelés annoncés par le guide.



Événement important au sein du Club Vosgien Gérardmer



Événement avec partenaires

MARCHE NORDIQUE

Dimanche et lundi	8h30	RDV Place des Déportés
Jeudi	8h45	RDV Parking de la pépinière
Vendredi	8h30	RDV à Réhaupal
Mercredi	18h de mi-avril à mi-octobre	RDV Place des Déportés

Un mail est envoyé aux participants pour confirmer la sortie en précisant la distance et le dénivelé.

Contact : Gérard DAUCOURT : 06 86 77 71 36

MARCHE D'ORIENTATION

Suivant le programme de la fédération du Club Vosgien.

Contact : Pierre NARCY 03 29 41 01 76

Quelques souvenirs 2019...




PRO GRA MME

FESTIVAL de MARCHÉ NORDIQUE

Gérardmer

 @ClubVosgien

 @Federationclubvosgien

Consulter toutes nos manifestations sur
www.club-vosgien.eu

Rendez-vous le 21/05 au Quai du lac
à partir de 8h30



Trois circuits proposés



Pour les Nordiqueurs

- **1 Chrono Test :**
Départ groupé et chronométré sur les 3 circuits à 8H30.
Classement indicatif
Échauffement collectif
Inscription gratuite sur place dès 8H30 à 9H00
- **6 Départs groupés et accompagnés d'un animateur du club**
Inscription gratuite sur place dès 8H30

Circuits	Météo	Après midi
C1 7.6 km D+ 250m	10H00	14H30
C2 11.8 km D+ 300m	10H15	14H15
C3 14.6 km D+ 420m	10H30	14H00

Initiation à la marche nordique

Sur les quais du lac
Près de bâtons
Inscription gratuite sur place
De 10H à 12H et de 14H à 16H

Pour les randonneurs

Marche classique sur les trois circuits

Départs libres
Inscription gratuite sur place dès 8H30

Départ à 8H00 Jusqu'à 14H00 Pour le 9.6 km D+ 220m	Départ à 9H00 Jusqu'à 13H00 Pour le 11.8 km D+ 300m	Départ à 9H00 Jusqu'à 12H00 Pour le 14.6 km D+ 420m
----------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------

Conférence débat sur les bienfaits de la Marche Nordique

Espace Lac, Salle de l'Horloge à 15H00
Animée par Pierre Guyilat

Restauration

Vente de flammekäöche, Hot Dog, Desserts, Boissons, Cafés
Possibilité de pique-niquer sous âbris avec tables et bancs
Marché de producteurs locaux

Les ventes de la restauration seront aux profits de deux associations pour aider deux jeunes Gérardmoises

- AQAZ Association Ataxie Agaxie Axille Motrice Type 2
- AFSA Association Française du Syndrome d'Angelman

39^{ème} MARCHE POPULAIRE Internationale de montagne

GERARDMER Vosges 88

SAMEDI 18 et DIMANCHE 19 JUILLET 2020



organisée par
Le Club Vosgien de Gérardmer

jumelé avec «Les Amis Du Tumulus»
Club des Marcheurs de Waremme (Belgique)



Avec l'aide de la ville de Gérardmer,
de la société des fêtes
et de nombreux annonceurs
sous le patronage du Crédit Mutuel



Départ et arrivée à L'ESPACE LAC Gérardmer

10
km

21
km

42
km



JEU FAMILIAL le dimanche sur les 10 et 21 km



Partenaires de la FFSP

www.ffsp.fr

contact@ffsp.fr

[facebook.com/ffvfrance](https://www.facebook.com/ffvfrance)



Réglement ministériel
du 20.06.06

Reconnaissance de mission
d'unité publique par arrêté
n° 02106 du 02.08.2001
Membre FFSP n° 10305
Ultra FFSP n° 2020-88-332-1

LE BUREAU EST À VOTRE DISPOSITION POUR TOUTES INFORMATIONS CONCERNANT LE CLUB

Président	Patrick ROUX	06 32 45 61 37
Trésorier	Gérard DAUTCOURT	06 86 77 71 36
Secrétaire	Brigitte CHOUANIÈRE	06 81 68 39 28
Inspecteur des sentiers	Yves COLIN	06 56 74 50 17

RENSEIGNEMENTS UTILES

Les sorties ont lieu quel que soit le temps sauf cas d'alerte orange ou rouge, autant que possible selon le programme prévu sous réserve de modification du circuit que le guide responsable jugerait utile.

Le rassemblement des participants aux randonnées ouvertes à tous a lieu :

Place des Déportés (ex place de la Gare) côté rue de la 3^{ème} DIA à Gérardmer.

Les horaires de départ sont en principe les suivants :

- 8h pour toutes les sorties de journée
- 13h30 pour celles de l'après midi
- Horaire libre pour les marches populaires

Pour tous les renseignements complémentaires, tél. 06 32 45 61 37.
Les réunions mensuelles du comité ont lieu **le premier jeudi du mois à 20h à KICHOMPRÉ, sauf exception formalisée.**

ADHÉREZ et FAITES ADHÉRER vos parents, amis et connaissances, au Club Vosgien de GÉRARDMER.

Cotisation annuelle :

30€ par famille ou 20€ par personne seule, y compris assurance responsabilité civile et abonnement à la revue «Les Vosges».

