



Avec la venue du printemps, l'ASCEE vous propose un nouveau programme de randonnées. Comme l'an passé, deux randonnées vous sont proposées chaque mois : une en semaine et une autre au cours du week-end.

En 2007, les adhérents de l'ASCEE étaient peu nombreux pour les rendez-vous du dimanche. Pour cette saison, la sortie du week-end aura lieu le samedi en espérant que ce créneau vous convienne mieux.

Vous trouverez ci-dessous les sorties pour les mois à venir. Un second programme vous sera proposé pour la période d'août à novembre.

Bonnes promenades sur les sentiers de la Normandie.

L'équipe Rando

Rappel

Chaque mois, vous pouvez faire une sortie en semaine et une sortie au cours du week-end. Les parcours qui vous sont proposés sont accessibles "tout public", la distance est de l'ordre de 8 à 11 km soit 2 à 3 heures de marche. Donc pas besoin d'être un sportif accompli, l'objectif est de découvrir la nature. Pensez à prendre de bonnes chaussures qui tiennent la cheville et qui offrent une bonne adhérence. Pensez à prendre de l'eau et si vous craignez d'être affamés prenez un encas.

Comment participer à l'activité rando ?

- *Etre membre de l'ASCEE,*
- *S'inscrire auprès de l'accompagnateur au moins 48 heures à l'avance. C'est à ce moment que l'heure du rendez-vous sera communiquée*

Dimanche 30 mars 2008	
Lieu : Saint Pierre du Vauvray	Saint Pierre du Vauvray est à 37 km au sud de Rouen On y accède par l'ex RN15.
Point de rendez-vous :	Parking de l'église
Distance 11 km – Dénivelé 137 m	Cadre : Plaine et forêt – (Prendre une lampe de poche car on prend un tunnel).
	
Accompagnateur : Elisabeth Seigneur	Adresse mail : Téléphone : 02 35 68 90 47 ou 06 08 04 89 47

Jeudi 10 avril 2008	
Lieu : Auffay	Auffay est à 38 km au nord de Rouen. On y accède par la RN27 (Route de Dieppe) et la RD301
Point de rendez-vous :	Place Bleckede (près des halles)
Distance : 10 km	Cadre : Essentiellement en plaine
	
Accompagnateur : Serge Maurey	Tél : 02 35 61 22 15 et 06 25 29 76 91

Samedi 26 avril 2008	
Lieu : Radepont	Radepont est à 25 km au sud-est de Rouen. On y accède par la RD914 (ex RN14) à proximité de Fleury sur Andelle
Point de rendez-vous :	Parking de la Mairie
Distance 10 km	Cadre : plaine et forêt - Vallée de l'Andelle – Abbaye de Fontaine Guérad
	
Accompagnateur : Didier Lavarde	Adresse mail : didier.lavarde@live.fr Tél : 02 35 77 35 84 ou 06 17 13 44 73

Jeudi 15 mai 2008	
Lieu : Aizier sur Seine	Aizier est en bord de Seine à 51 km au nord-ouest de Rouen. On y accède par l'ex RN175 ou l'A13. Aizier est située sur la route des chaumières.
Point de rendez-vous :	Parking de l'esplanade du bord de Seine
Distance : 10 km	Cadre : Parcours vallonné qui nous fait découvrir la vallée de la Seine
	
Accompagnateur : JC Cardon	Adresse mail : cardon.jeanclaudio@free.fr Tél : 06 74 00 70 35

Samedi 17 mai	
Lieu : Bernay	Bernay est à 62 km au sud-ouest de Rouen. On y accède par l'ex RN 138.
Point de rendez-vous :	Office de tourisme 29 rue Thiers – Se garer sur le parking près de le poste.
Distance : 11 km	Cadre : Forêt et plaine – Très agréable.
	
Accompagnateur :	Adresse mail : Téléphone :

Jeudi 5 juin 2008	
Lieu : Lyons la Forêt	Lyons la Forêt est à 42 km à l'est de Rouen. On y accède soit par la RD 914 (ex RN14), soit par l'ex RN 31.
Point de rendez-vous :	A la poste – Il y a un parking visiteurs près de la poste.
Distance : A peine 10 km	Cadre : Visite de Lyons + forêt – Vallée de la Lieure
	
Accompagnateur : Didier Lavarde	Adresse mail : didier.lavarde@live.fr Tél : 02 35 77 35 84 ou 06 17 13 44 73

Samedi 21 juin 2008	
Lieu : Veules les roses	Veules les Roses est à 77 km au nord de Rouen. On y accède par la RN 27 et la RD925.
Point de rendez-vous :	En front de mer près de la piscine ouverte (cf. photo ci-dessous)
Distance : 10 km	Parcours en bord de falaise puis plaine. Voir la source de la Veules.
	
Accompagnateur : Elisabeth Seigneur	Mail : elisabeth.seigneur@equipement.gouv.fr Tél : 02 35 68 90 47 ou 06 08 04 89 47

Jeudi 3 juillet 2008	
Lieu : Venables	Venables est à 38 km au sud de Rouen, en bord de Seine. On y accède par l'ex RN15
Point de rendez-vous :	Parking de l'église
Distance	Cadre : Forêt – parcours en bord de Seine
	
Accompagnateur : Serge Maurey	Tél : 02 35 61 22 15 et 06 25 29 76 91

Samedi 19 juillet 2008	
Lieu : Giverny	Giverny est au sud de Rouen. On y accède par l'ex RN 15. A Vernon traverser la Seine et prendre la RD 5.
Point de rendez-vous	Parking de la Mairie
Distance : 10 km	Plaine et lisière de forêt. Belle vue sur la vallée de la Seine.
	
Accompagnateur : Elisabeth Seigneur	Mail : elisabeth.seigneur@equipement.gouv.fr Tél : 02 35 68 90 47 ou 06 08 04 89 47