



Soyons optimistes ! Oublions les vagues de froid, les épisodes neigeux. L'hiver finira par tirer sa révérence et laisser place au printemps. D'ailleurs les jours rallongent et chacun se reprend à tenter de vivre dehors. Alors ...

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

Nos premières sorties auront lieu dans un rayon de trente kilomètres autour de Rouen. Par contre en juin, nous vous proposons la visite des Jardins du Château de Versailles. Enfin, début juillet nous irons en bord de mer à Saint Valéry en Caux.

Bonnes promenades sur les sentiers de la Haute Normandie et même au delà.

L'équipe Rando



Rappel

Chaque mois, vous pouvez faire une sortie en semaine. 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.*

Jeudi 10 mars 2011	
Lieu : Bardouville	Bardouville est sur la rive gauche de la Seine entre La Bouille et Duclair. On y accède par A13 et la RD64.
Point de rendez-vous :	Parking de la mairie
Distance 10 km	Cadre : Plaine et forêt – Panorama sur la vallée de la Seine.
	
Accompagnateur : Serge Maurey	Mail : serge@maurey.net Tél : 02 35 61 22 15

Jeudi 7 avril 2011	
Lieu : Duclair	Duclair est situé à 21 km de Rouen. On y accède par la RD982.
Point de rendez-vous :	Office de tourisme (en bord de Seine)
Distance : 11 km	Cadre : Plaine et forêt - entre Seine et Austreberthe.
	
Accompagnateur : Didier Lavarde	Mail : didier.lavarde@live.fr Tél : 02 35 77 35 84 ou 06 17 13 44 73

Mardi 5 mai 2011

Lieu : **St Pierre du Vauvray**

St Pierre du Vauvray est à 35 km au sud de Rouen. On y accède par l'A13, la RD6015 et la RD77.

Point de rendez-vous :

Parking de l'église

Distance 11 km

Cadre : Site vallonné - Vue sur la vallée de la Seine.



Vue sur la Seine



La Mairie de Vironvay

Accompagnateur : **JC Cardon**

Mail : cardon.jeanclaude@free.fr

Tél : **06 74 00 70 35**

Jeudi 9 juin 2011

Lieu : **Les jardins du château de Versailles**

Versailles est à 123 km au sud-est de Rouen. On y accède par l'A13, et la RN186.

Point de rendez-vous :

Accueil du château



Accompagnateur : **JC Cardon**

Mail : cardon.jeanclaude@free.fr

Tél : **06 74 00 70 35**

Jeudi 7 juillet 2011

Lieu : **St Valéry en Caux**

ST Valéry en caux est à 63 km au nord de Rouen. On y accède par la RD6015 et La RD20.

Point de rendez-vous :

Devant l'église St Sylvain

Distance : 11 km

Cadre : Parcours en plaine



Accompagnateur : **Didier Lavarde**

Mail : didier.lavarde@live.fr

Tél : 02 35 77 35 84 ou 06 17 13 44 73