

La Manche à Pied



SOMMAIRE :

PAGE 2

L'ACTUALITE DU COMITE

- Nos rendez-vous
- Facebook

PAGE 3

SENTIERS ET ITINERAIRES

- Idée rando
- Avance du Numérique
- GR@223
- Propriété des sentiers

PAGE 6

FORMATION

- Lecture de page

PAGE 7

VIE ASSOCIATIVE ET TOURISME

- Associations dans l'action
- Déclarer les randos
- Dispositions du certificat médical
- Fast HIKING ?
- Plan de développement solidaire
- Fête des Normands



Nos permanences

9h à 17h
du lundi au vendredi

1 rue du 8 mai 1945
50570 Marigny Le Lozon

02 33 55 34 30

manche@ffrandonnee.fr

www.rando50.fr

EDITORIAL :

Après six mois de vie du nouveau comité FFRandonnée Manche, beaucoup d'actions se sont déroulées en 2017 dans de multiples domaines :

Côté sentiers, des expertises des PR ont été mises en œuvre sur la demande du canton de St Pierre Eglise. Ce travail a mobilisé une équipe de 6 collecteurs pour mener à bien l'état des lieux des 25 circuits existants. Elles se traduisent par une simplification du réseau aujourd'hui ramené à 15 itinéraires de randonnées grand public. Quant au chantier de mise aux normes du balisage, il ne fait que commencer, merci aux baliseurs qui vont le poursuivre en 2018 afin de permettre à tout à chacun de randonner en toute tranquillité et sécurité sur ces nouveaux itinéraires.

Côté tourisme, un 2nd séjour de « La presqu'île du Cotentin à pied » a permis aux 26 randonneurs sur liste d'attente de profiter à leur tour des paysages du cap de La Hague à la pointe du Val de Saire en passant par l'île de Guernesey du 14 au 17 septembre. La satisfaction générale à l'issue de ce programme est un encouragement pour tous les membres de la commission Tourisme qui ont contribué à la réussite de ces 4 belles journées.

Côté animations, le mois de septembre s'est achevé avec la fête des Normands et la semaine du bio, de nombreuses idées de randonnées du nord au sud du département ont été proposées par les clubs de la Manche pour découvrir les marais, la forêt avec le brame du cerf, le bocage et ses vergers cidricoles, le littoral et ses viviers de pêche à pied. Sans oublier les dégustations de produits locaux : pommes à couteau, cidre et légumes bio... Je vous félicite pour ces idées de sorties originales et créatives. Cet événement est l'occasion de promouvoir la culture Normande tout en sillonnant nos sentiers et de valoriser notre patrimoine, rendez-vous pour la prochaine édition.

Côté communication le comité se veut plus interactif, aussi nous avons mis en place une page facebook [randonnerdanslamanche](https://www.facebook.com/randonnerdanslamanche) pour poster l'actualité du comité (événements, infos, animations, initiatives,...). Prochainement le comité va également refondre son site internet pour le mettre au goût du jour et le rendre plus convivial.

L'année 2018 arrive à grands pas. Aussi, nous vous incitons à noter d'ores et déjà dans vos agendas nos 2 rendez-vous incontournables :

- Assemblée générale du comité à Marigny le 10 février 2018
- Rassemblement des baliseurs à St Germain le Gaillard le 14 avril 2018.

Merci à tous les bénévoles, responsables associatifs et à leurs animateurs qui assurent la conduite des randonnées tout au long de l'année en appliquant les règles de sécurité qui s'imposent.

Bonnes fêtes de fin d'année à toutes et tous !

Etienne Amourette

Les évènements rando :

22 avril 2018 : la **Bleue** et **Verte** à Donville les Bains

1 mai 2018 : rando des chemins verts à Montpinchon

14 au 17 juin 2018 : Randobaie à Genêts, 34 randonnées entre Normandie et Bretagne. Programmation randobaie-mont-saint-michel.fr

26 juin 2018 : Rando d'Alauna à Valognes

14 juillet 2018 : rando au profit de rêves d'enfant à

22 au 29 septembre 2018 : **Tous à pied** et Fête des normands.

Les séjours :

31 mars au 3 avril 2018 : Séjour baie du Mont Saint Michel à pied

24 au 27 avril 2018 : Séjour la presqu'île du Cotentin à pied

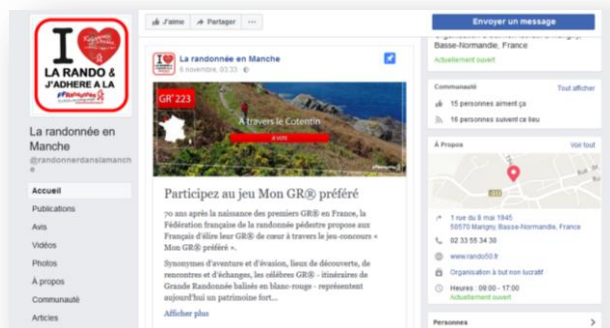
Les animations :

14 mars 2018 : les rencontres USEP à Hambye



Depuis la rentrée, vous pouvez suivre l'actualité de la randonnée de la Manche sur notre page facebook :

<https://www.facebook.com/randonnerdanslamanche/>



Comment y accéder quand on n'a pas de compte Facebook ?

Vous avez deux types de profils : le **compte** et la **page**.

Le **compte** est généralement utilisé de façon personnelle : on y met son nom et on l'utilise pour discuter avec ses amis.

La **page** Facebook a un but plus large de communication : elle est utilisée pour faire passer des informations.

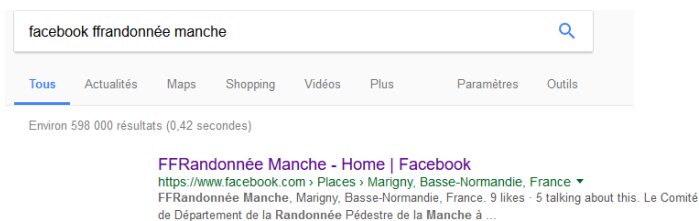
Dans ces deux cas, le propriétaire du compte ou de la page peut choisir dans les *paramètres de confidentialité* d'afficher les informations qu'il écrit de façon publique ou non. Il reste donc administrateur et modérateur du contenu de sa page.

Si les publications sont privées, alors vous devez avoir un compte sur facebook, et être « ami » avec la personne (ou « fan » de la page) pour pouvoir les consulter.

Si les publications sont accessibles à tous vous pouvez les consulter, même si vous n'avez pas de compte Facebook,

Voici comment ça marche :

1 - Vous vous rendez sur la page voulue, soit parce que vous disposez de l'adresse, soit en la recherchant dans un moteur de recherche.



2 - En bas de la page, un encart vous incite à vous créer un compte sur Facebook. Ne pas en tenir pas compte.



3 - Descendez plus bas dans la page, vous trouvez les informations que le comité a laissé publiques.

4 - Ces publications sont classées dans l'ordre chronologique, c'est à dire les plus récentes en haut.

5 - Par contre, si vous souhaitez faire d'autres actions, par exemple laisser un commentaire, partager, il vous faudra créer un compte sur Facebook.



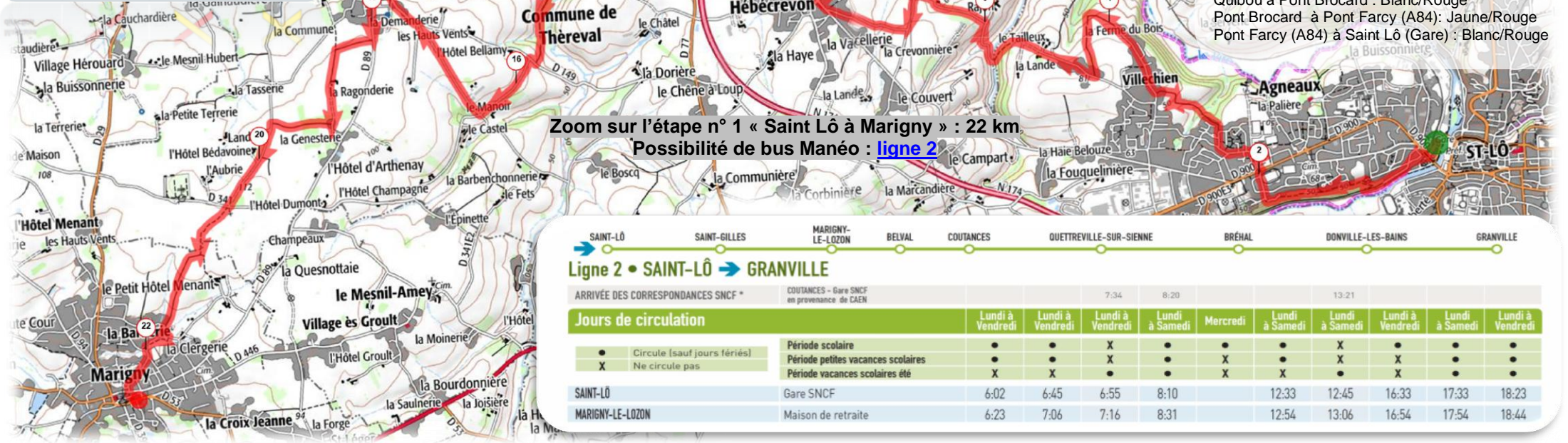
Dans cette rubrique dédiée au GR de Pays®, nous partirons, cette fois ci, à la découverte du GRP® 6 intitulé « Entre Vire et bocage », il se parcourt en 6 jours (129 km).

Cette randonnée nous fait découvrir le Pays Saint-Lois. Au départ de Saint-Lô, les quais et le chemin des gabares rappellent que la Vire fut longtemps une voie de transport et de commerce. Le Saint-Lois est un pays de bocage aux sentiers ombragés, c'est aussi le pays des chevaux, nombreux à paître dans les prés. Partout des ruisseaux creusent les vallons en pente douce et de belles collines offrent des points de vue sur la campagne environnante. Après avoir traversé la belle vallée de la Soullès, au milieu des bois, les ruines majestueuses de l'abbaye d'Hambye invitent à la méditation. A Condé-sur-Vire, le site impressionnant des Roches du Ham domine l'hospitalière vallée de la Vire et son chemin de halage. Les étangs et le château de Torgny-sur-Vire évoquent les fastes de la noblesse normande.

Rappel sur les principes de balisage : Les GR® et GRP® sont balisés dans les deux sens. Les autres itinéraires pédestres peuvent être balisés dans un seul sens ou dans les deux (le comité 50 a pris le parti de baliser les PR de la Manche dans un seul celui du descriptif du topoguide). La fréquence d'apposition des balises est fonction des caractéristiques des itinéraires et doit respecter deux principes : celui de rassurer et de guider correctement l'utilisateur, et celui de ne pas polluer les espaces par des marquages superflus, notamment en milieu naturel. Particularité dans le cas de tronçons communs GR® et GRP®, seul subsiste le balisage des itinéraires GR®.

JALONNEMENT DES ITINÉRAIRES

	GR® Grande Randonnée	GRP® Grande Randonnée de Pays	PR® Promenade et Randonnée
Continuité			
Changement de direction			
Mauvaise direction			



6 Etapes :

1. Saint Lô à Marigny : 22 km
2. Marigny à Quibou : 14 km
3. Quibou à Hambye (hors GRP) : 26 km
4. Hambye à Tessy sur Vire : 26 km
5. Tessy sur Vire à Torgny sur Vire : 16 km
6. Torgny sur vire à Saint Lô : 37 km

Balisage à suivre:

- Saint Lô (Gare) à Agneaux (Falaise) : Blanc/Rouge
- Agneaux (Falaise) à Quibou : Jaune/Rouge
- Quibou à Pont Brocard : Blanc/Rouge
- Pont Brocard à Pont Farcy (A84) : Jaune/Rouge
- Pont Farcy (A84) à Saint Lô (Gare) : Blanc/Rouge

Zoom sur l'étape n° 1 « Saint Lô à Marigny » : 22 km.
Possibilité de bus Manéo : [ligne 2](#)

Ligne 2 • SAINT-LÔ → GRANVILLE

ARRIVÉE DES CORRESPONDANCES SNCF *
COUTANCES - Gare SNCF en provenance de CAEN

Jours de circulation	Lundi à Vendredi	Lundi à Vendredi	Lundi à Vendredi	Lundi à Samedi	Mercredi	Lundi à Samedi	Lundi à Samedi	Lundi à Samedi	Lundi à Samedi
SAINT-LÔ	6:02	6:45	6:55	8:10		12:33	12:45	16:33	17:33
MARIGNY-LE-LOZON	6:23	7:06	7:16	8:31		12:54	13:06	16:54	17:54

LE NUMERIQUE : OÙ EN SOMMES NOUS ?

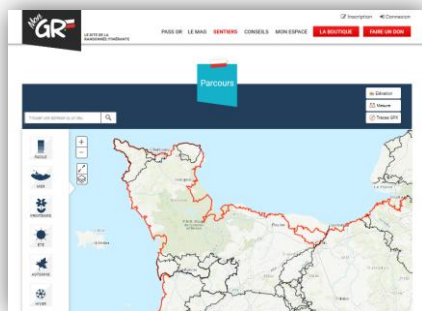
Depuis 2014, les collecteurs numériques sillonnent et relèvent le réseau d'itinéraires fédéraux de la Manche pour mettre à jour et affiner sa cartographie. Une phase de rodage fut nécessaire pour s'approprier ces nouveaux outils. Et aujourd'hui, nous arrivons aux termes de la 1ère phase « collecte terrain ». Sur les 1746km programmés 1649km ont été réalisés. Il nous reste encore quelques tronçons à relever sur le GR® 221 et sur le GRP® 7 *les trésors cachés du Cotançais*.

Ces collectes ont permis de procéder à des améliorations des itinéraires tant sur le cheminement que sur le balisage.

Sur la 2ème phase « enrichissement des données techniques et des points d'intérêts sur le Websig », nous avançons puisque nous avons déjà renseigné le GR® 22, 223, 223A, 223B, le GRP® du Val de Saire, le GRP® de la Hague ainsi que l'ensemble des PR® de la Manche à Pied.

En ce qui concerne la valorisation et la promotion des itinéraires via le publiweb, nous avons pu réaliser la 14ème édition du topoguide *Tour du Cotentin* via l'outil publiweb et prochainement *La Manche à pied* (pour 2019).

Sur le Site monGR.fr, vous pouvez consulter et télécharger la trace du GR® 223



LE GR® 223 AU CŒUR DE NOTRE DYNAMIQUE

Figurant au top 10 des plus beaux GR® de France et partie intégrante de l'itinéraire européen UE 9 qui longe le littoral des côtes polonaises aux côtes portugaises, bientôt requalifié en **GR® du Littoral de Normandie du Tréport au Mont Saint Michel**, le **GR®223 est le fer de lance de notre réseau d'itinéraires.**

En partenariat avec Latitude Manche (ex Manche tourisme) nous avons pour objectif de lancer une concertation auprès des collectivités afin d'améliorer et valoriser cet itinéraire ; de développer des services de portage de bagages pour les randonneurs en itinérance ainsi qu'une offre touristique adaptée.



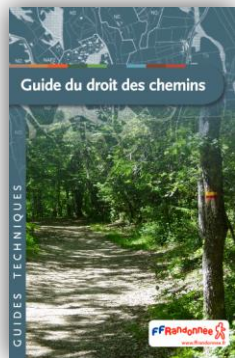
Avec le jeu « mon GR® préféré » lancé par la FFRandonnée du 3 au 30 novembre, **les Français sont invités** à découvrir ou redécouvrir les 8 **GR® mythique** en compétition pour le titre de « GR® préféré des Français » parmi lesquels **le GR®223, sentier des douaniers en Normandie**. Vous avez pu visionner les [reportages vidéo](#) et donc voter pour notre GR®223. A l'heure où nous publions nous ne connaissons pas encore le GR de cœur désigné par les français ; nous croisons donc les doigts !

Et bien sûr pour tous ceux qui voudraient se lancer dans l'aventure du GR®223 à travers son « tour du cotentin », nous leur recommandons notre topo-guide réédité en mars 2017 à la suite du programme numérique mis en œuvre par le Comité FFRandonnée Manche où il est disponible ainsi que dans de nombreuses librairies et offices de tourisme.



Lorsque nous randonnons sur des chemins, **balisés ou pas**, nous empruntons un certain nombre et type de voie. Or il faut savoir que toute voie a un propriétaire. Et le fait qu'un chemin soit représenté sur une carte IGN cela ne garantit pas son usage public.

Faisons aussi la distinction entre terme « **sentier** » et « **itinéraire** ». Un itinéraire est une construction intellectuelle susceptible d'être soumise aux droits d'auteur. Inversement, le sentier ou encore le chemin, est un bien qualifié d'un statut juridique propre (chemin communal, chemin rural, chemin de halage, chemin privé d'un particulier, chemin en forêt domaniale, etc...)



Pour identifier ces voies et surtout connaître leur(s) propriétaire(s) qui peuvent être : l'Etat, la Région, le Département, une commune ou bien un particulier, il faut se référer au cadastre. Une fois la domanialité identifiée il est alors nécessaire de recenser les usages autorisés par le code rural, de l'urbanisme, de l'environnement. Notre fédération en a fait une synthèse appelée le « **guide du droit des chemins** » (126 pages).

De manière générale, un itinéraire emprunte un ensemble de voies de communication qui peuvent appartenir soit :

- > **au domaine public** : pas de restriction pour le passage mais certains usages peuvent y être interdits ;
- > **au domaine privé** : l'usage et le passage sont soumis à autorisation.

Cela signifie que tout itinéraire balisé et reconnu passe sur une propriété. En amont des autorisations de passage, de balisage et des conventions sont obtenues pour en garantir et fixer l'usage. Mais ce passage n'est pas acquis de façon définitive, il peut être remis en cause à tout moment et le plus souvent du fait de mauvais comportements individuels : non-respect des réglementations et des lieux traversés par exemple.

La commission sentier départementale œuvre pour que les chemins restent accessibles et veille à la continuité des itinéraires que nos prédécesseurs ont mis en place.



A votre échelle, vous pouvez soutenir l'action de la commission en relayant ce message auprès des usagers des chemins : « **Nous ne sommes pas propriétaire des chemins, nous jouissons exclusivement d'un droit passage réglementé.** »



Après la lecture de carte, le comité expérimente une nouvelle formation complémentaire la lecture de paysage. Le 9 septembre dernier, 10 curieux ont pu tester cette formation. Ils étaient attendus à Condé sur Vire par Guy Lempérière pour cette première initiation pour découvrir et comprendre le paysage qui nous entoure.



Les différents aspects des lectures de paysage ont été abordés au travers d'une randonnée qui a permis de sentir, de percevoir mais aussi d'analyser et d'appréhender l'histoire de ce qui environne notre déambulation.



Depuis le sites des roches de Ham, on peut distinguer un réseaux de haies, la Vire surlignée par une plantation de peupliers, la succession de cultures et de prairies et le hameau du Grand Val de Vire qui forment une mosaïque d'habitats ponctuée de taches boisées. Le versant abrupt de la vallée est occupé par une forêt de feuillus mélangés. Tant d'indices qui ont une signification et une utilité qui ont pu être décrypté et approfondie en salle par un apport théorique.

QU'EST CE QUE LE PAYSAGE

Le paysage est une entité complexe caractérisée par les valeurs et propriétés d'un endroit.

Le terme de paysage est par essence polysémique et ne s'arrête pas à une simple lecture du paysagiste mais peut faire l'objet d'investigations approfondies réunissant des disciplines très variées. On peut ainsi faire appel aux sciences du vivant pour une connaissance approfondie de leurs structures, de leurs fonctionnements, de leur évolution mais aussi aux sciences sociales lorsqu'il s'agit d'étudier l'histoire des paysages et des services matériels et immatériels qui y sont et qui y étaient associés et qui ont laissé des traces dans le paysage actuel.

Outre les ambiances, textures, couleurs, ressentis, grandes lignes, points d'appel qui sont autant d'éléments du paysage analysés par les paysagistes, le paysage existe en dehors de ces perceptions par ses structures, fonctions, processus et services qui changent dans le temps et dans l'espace et qui constituent les apports essentiels de l'écologie du paysage.

Quelques définitions :

1) **"Le paysage c'est la partie d'un pays que la nature présente à un observateur"** = un site, une vue. Il s'agit d'une définition essentiellement esthétique voire culturelle (*Dictionnaire étymologique*).

2) Pour les géographes et les aménageurs, **le paysage correspond à une portion de l'écorce terrestre. Il est "secrété" par l'Homme au cours des siècles; il correspond à un ensemble d'éléments (végétation naturelle, zones agricoles, voies de communication, agglomérations, étangs, cours d'eau...)** dont **l'organisation spatiale est fortement liée à l'utilisation ancienne et actuelle du milieu.** Il s'agit d'une définition « socio-culturelle » mais plus « fonctionnelle » et surtout « anthropocentrée ».

3) Le paysage écologique quant à lui est **un espace hétérogène composé d'éléments correspondant à des écosystèmes (exemple: forêt, plans d'eau, fonds marécageux, parcelles cultivées, prairies) qui interagissent et se répètent de façon similaire dans l'espace** (définition de Forman et Godron, 1986; Forman, 1995). Il s'agit d'un **niveau d'organisation** des systèmes écologiques situé **au-dessus de l'écosystème**; l'impact de l'homme y est le plus souvent omniprésent. Il est caractérisé essentiellement par son **hétérogénéité** et par sa **dynamique gouvernée** en grande partie par les **activités humaines** (définition de Burel et Baudry, 1999).

C'est à partir de cette vision d'ensemble que l'on peut profiter pleinement des paysages traversés lors d'une randonnée, moyen privilégié pour appréhender en lenteur ce qui nous entoure, notre environnement. Lao Tseu aurait pu dire que le paysage appartient à celui qui le traverse !



La 5^{ème} édition des rando d'Alauna fut un succès



Rappelons que les bénéficiaires sont allés à **Roméo**, un petit garçon qui souffre d'une atrophie du cervelet qui ne lui permet pas de grandir comme il le voudrait. Il était là pour lancer tous les départs des courses : Randos pédestres avec les **marcheurs de la Sinope**, VTT, trails, canicross...

Une superbe organisation, bravo à tous, participants, bénévoles et partenaires et quelle superbe idée que cette garderie pour les bouts de choux pendant que les parents se bougent.



Succès grandissant pour la 5^{ème} Foulée de l'Espoir à Brécey

Cette manifestation a pour but de collecter des fonds au profit du centre oncologie du sud Manche.

Rando Brécey et les joggeurs du Val de Sée mobilisés contre le cancer.

*Au départ 180 marcheurs et 140 joggeurs
A l'arrivée 1870 € de fonds collectés*

La Randonnée Pédestre du 14 juillet à Siouville Hague

a réuni 140 marcheurs au profit de Rêves



La totalité des bénéficiaires soit 625 € et un don de 500 € fait par une entreprise locale ont été reversés à l'association. Rendez-vous l'an prochain, même date, dans une autre commune du canton des Pieux.



Entretien du GR[®]223 sur la commune de Morsalines

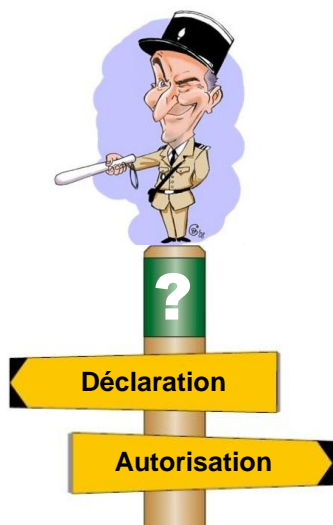
Chantier réalisé le samedi 17 juin 2017 en partenariat avec les Marcheurs de la Sinope et 6 membres de l'association ORCHIS, soit 24 h de travail cumulés. **Retrouvez tous les chantiers sur le site de l'association : <http://www.orchis-nature.com/>**

DOIS-JE DECLARER MES RANDOS À LA PREFECTURE ?

Une question que tout président de club a dû se poser au moins une fois !

La fédération a apporté la réponse suivante lors de sa 71^{ème} assemblée générale :

« Les sorties régulières des clubs, sans chronométrage, sans classement ne rentrent pas dans la catégorie des manifestations sportives concernées par la réglementation issue du décret n° 2012-312 du 5 mars 2012, codifiée aux articles R. 331-6 à R. 331-17-2 du code du sport, s'agissant de manifestations ne comportant pas la participation de véhicules à moteur, qui se déroulent en totalité ou partiellement sur une voie publique ou ouverte à la circulation publique.



Sont par contre concernées par cette réglementation les « Randonnées Grand Public » organisées par les clubs et comités pour les randonneurs non licenciés et licenciés qui **regroupent plus de 75 participants** sur une voie publique ou ouverte à la circulation publique. Il s'agit donc des voies classées dans le domaine public routier de l'Etat, des départements et des communes (article L. 111-1 du code de la voirie routière), des chemins ruraux (article L. 161-1 du code rural et de la pêche maritime) et des voies privées ouvertes à la circulation publique des véhicules terrestres à moteur.

Sont ainsi essentiellement concernées les manifestations cyclistes ou pédestres. Ces manifestations sont soumises :

- > soit à **autorisation** (+ 500 participants),
- > soit à **déclaration** (- 500 participants).

Cette procédure n'est applicable que pour la circulation groupée, en un point déterminé de la voie publique de plus de :

- 75 piétons ;
- 50 cycles ou autres véhicules ou engins non motorisés ;
- 25 chevaux ou autres animaux.

Certaines manifestations sportives ne sont soumises, ni à autorisation, ni à déclaration, elles ne rentrent pas dans le champ d'application du code du sport. Cela concerne :

- les épreuves, courses et compétitions sur voie privée, fermée à la circulation publique ;
- les manifestations dépourvues de tout classement horaire (ex : randonnées) se déroulant : sur une voie où ne s'applique pas le code de la route (voie fermée à la circulation publique) ; sur la voie publique, mais avec un ou plusieurs points de rassemblement ou de contrôle, qui impliquent un regroupement de participants au nombre inférieur aux seuils précédemment cités. »



Le [mémento fédéral Pratiquer, Encadrer, Organiser](#) précise dans la partie « Organiser » les règles de déplacement permettant de répondre à ces conditions.

QUELLES SONT LES NOUVELLES DISPOSITIONS DU CERTIFICAT MEDICAL ?

La loi n°2016-41 du 26 janvier 2016 de modernisation de notre système de santé et ses décrets d'application imposent aux fédérations sportives de nouvelles dispositions donnant une validité de 3 ans au certificat médical et facilitant le renouvellement des licences en permettant sous certaines conditions de ne pas présenter un nouveau certificat médical.

Voici donc les nouvelles règles que devront appliquer les clubs affiliés à la FFRandonnée à compter de la saison sportive 2017/2018 :

Première prise de licence :

Pour toute première prise de licence, un [certificat médical d'absence](#) de contre-indication à l'activité sportive pratiquée, datée de moins d'un an au jour de la prise de licence, doit être fourni par le pratiquant. Sa durée de validité est maintenant de 3 ans, sous certaines conditions.

Renouvellement de licence :

Durant la nouvelle période de validité de 3 ans du certificat médical, lors de chaque renouvellement de licence, le pratiquant doit répondre à un [questionnaire de santé](#)

- S'il répond « NON » à toutes les questions et qu'il l'atteste, il est dispensé de présentation d'un certificat médical.
- S'il répond « OUI » à une seule des questions, ou s'il refuse d'y répondre, il doit présenter à son club un certificat médical datant de moins d'un an au jour de la prise de licence.

Pratique en compétition :

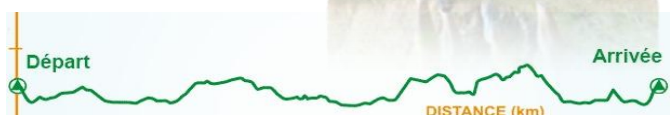
Attention, pour pratiquer le Rando challenge® ou le longe côte en compétition, le certificat médical doit mentionner l'absence de contre-indication pour la pratique en compétition. Sa validité est également de 3 ans.



LE FAST HIKING !??



*Une nouvelle tendance
entre rando et trial*



Cette pratique sportive que l'on pourrait traduire par Rando Rapide est un mixte entre la marche nordique et marche d'endurance « l'audax ». Cette nouvelle tendance qui sollicite plus le cœur qu'une simple randonnée. On marche toujours mais plus vite en minimum de temps avec de grandes enjambées sans pour autant courir comme dans le trail.

Elle tonifie la ceinture abdominale et les jambes ainsi que les bras qui effectuent un mouvement de balancier. Vous brûlerez de 15 à 20 % de calories en plus si vous marchez avec des bâtons. Cette discipline privilégie les parcours avec du dénivelé, le sentier des douaniers ou encore les crêtes du Mortainais sont idéaux pour s'initier

Côté pratique, Il vous faut un équipement le plus léger possible, des chaussures à tige moyenne ou basse, des bâtons légers, des vêtements techniques et un sac à dos de 12 à 20 L.

La commission médicale recommande un certain nombre de préconisations pour des publics et pratiques spécifiques.

LE PLAN DE DEVELOPPEMENT SOLIDAIRE ?

Ce **Plan Solidaire de Développement fédéral** a pour objectif de financer des projets :

- de **comités*** visant à créer ou à affilier de nouvelles structures associatives
- de **clubs*** souhaitant diversifier leur offre de pratique en marche nordique ou rando santé.

Votre club a un projet de diversification et vous êtes à la recherche de financement pour :

- acheter du matériel,
- organiser des sorties découvertes,
- former des animateurs, Etc.

La commission départementale **pratiques et adhésions** est votre interlocuteur privilégié pour vous accompagner dans cette démarche.



« VOTRE PLUS BELLE PHOTO EN COUVERTURE DE RANDO 50 MAG »



Cher(e)s président(e)s, cher(e)s randonneurs, votre bulletin d'information fera peau neuve lors de sa prochaine parution. Nouveau nom, nouveau graphisme, à cette occasion, nous vous donnons la possibilité de contribuer en nous adressant une ou plusieurs photos de paysages découverts en randonnée. Une photo coup de cœur sera sélectionnée par le Comité départemental de la Randonnée Pédestre 50 pour figurer en couverture. Les critères retenus porteront sur la qualité esthétique et la curiosité du paysage.

Le photographe le plus talentueux sera récompensé par la publication de sa photo en couverture de RANDO 50 mag et d'un abonnement d'un an à Passion Rando magazine.

Ouverture du concours photo dès le 1er janvier 2018. Pour participer c'est très simple, il vous suffit d'envoyer votre (vos) photo(s) à l'adresse du comité : manche@ffrandonnee.fr en indiquant : **votre nom, votre club, votre n° licence fédérale, votre mail et le lieu de la prise de vue.** Le gagnant sera contacté personnellement par le CDRP50 courant mai 2018.



La Fête Des Normands est avant tout un appel aux initiatives pour partager, célébrer toute la NORMANDIE, **son passé, son présent et son futur**. Et quoi de mieux que la randonnée pour la découvrir et partager ses secrets. Vous êtes de plus en plus nombreux chaque année, à l'occasion de la Saint Michel, à participer à cette fête collaborative. Cette 5ème édition fut **créative**. Petit tour d'horizon sur les sorties 2017.



Du 22 au 30 septembre 2017

20 septembre - Rando Cinq



Randonnée le long de l'estran des îles Chausey

22 septembre - Manche Rando



Rando bio et marché de terroir en Val de Saire (Théville)

22 septembre - Marigny Je T'aime



Randonnée et dégustation de pommes à couteau.

23 septembre - Randonneurs des Marais



Randonnée entre les marais et le bois de Limors.

24 septembre - Tancrède Randonneurs



Randonnée dans les Marais de la Sangsurière et de l'Adriennerie

26 septembre - ES Hébécrevon



Randonnée dans la Forêt de Cerisy pour entendre le brame du cerf

26 septembre - Randonneurs des Dunes et Bocage



Randonnée et découverte de la cidrerie du Père Mahieu

26 septembre - Espace Rando



Randonnée sur la côte des havres (117)

26 septembre - Marcheurs de la Sinope



Randonnée sur le Sentier des Douaniers, le long du Cap de la Hague

28 septembre - 50 Mille Pattes



Randonnée autour du Havre de la Vanlée,

1er octobre - Brécéy Rando



Randonnée sur les crêtes de La Chaise-Baudouin (50)