

Rando 50

.mag

N° 06 - DECEMBRE 2020

Sommaire :

PAGE 2

L'ACTUALITE DU COMITE

- Rendez-vous 2021
- Plateforme Bénévoles

PAGE 5

SENTIERS ET ITINERAIRES

- Idée rando
- Campagne de balisage 2020
- Les baliseurs du bout du monde
- Les projets d'édition 2021
- La redynamisation des GR®

PAGE 9

FORMATION

- Bilan des formations 2020
- Vos formations 2021

PAGE 11

VIE ASSOCIATIVE ET TOURISME

- Carnet de rando
- Retour sur la rando patrimoine
- Revue de presse

FFRandonnée
les chemins, une richesse partagée
Manche

Concours photo



« Votre plus belle photo
en couverture de **rando50.mag** »



Un abonnement d'un
an à Passion Rando
magazine pour
l'auteur de la photo
sélectionnée

© Daniel Boucard « Plage d'Agon-Coutainville »

« Le mot du Président »

Dans quelques semaines, l'année 2020 va se terminer. Et nous pouvons dire qu'elle a été une année bien étrange. Une épidémie inédite s'est répandue sur la planète et a bouleversé nos vies dès la fin du mois de janvier. Par la suite est venu en mars le temps du 1^{er} confinement et l'arrêt de nos activités.

Dans mon précédent édito, pendant le premier confinement, j'évoquais « l'après ». Nous avons pu, à partir du mois de mai, reprendre nos activités même si ce fut avec des contraintes : port du masque, distanciation physique, inscription des participants... Une partie des formations a dû être reprogrammée et notre séjour tourisme annulé. Cependant nous avons sauvé la Rando Patrimoine.

Puis dès la fin octobre, le 2^e confinement a fait apparaître de nouvelles restrictions de déplacement et pour la seconde fois l'arrêt brutal de toutes nos activités. N'oublions pas que la randonnée ça n'est pas seulement marcher, c'est faire corps avec la Nature, respirer. Ce sont aussi des moments de convivialité, car nous marchons en groupes. Aussi je souhaite que l'année prochaine nous permette de retrouver un horizon plus favorable à la pratique de nos activités au sein de la FFRandonnée et que nous pourrions de nouveau profiter pleinement de nos beaux sentiers balisés.

Je n'oublie pas non plus que deux amis nous ont quittés : Robert Levivier, ancien Président du Comité et Hubert Cosse, baliseur, je salue leur mémoire.

Je vous attends nombreux le samedi 6 février 2021 pour notre Assemblée générale qui se tiendra à Marigny.

Gardons tous l'espoir que des temps meilleurs arriveront,
Portez-vous bien et soyez prudents,

Souhaitons que l'année 2021 soit plus clémente,
A très bientôt,



Etienne Amourette



NOTRE 1^{ER} RENDEZ-VOUS 2021

Dans le contexte actuel se projeter est difficile mais **nous avons un 1er rendez-vous important le Samedi 6 février 2021** puisqu'il s'agit de notre **Assemblée générale** avec **pour enjeu le renouvellement de l'équipe dirigeante du Comité** pour les 4 prochaines années.

Nous avons besoin de VOUS ! Pour accompagner nos clubs, contribuer au développement de leurs pratiques en randonnée pédestre, marche nordique, marche aquatique, pour leur offrir les formations utiles à leurs bénévoles et adhérents sans oublier de faire vivre les 2 325 km d'itinéraires que nous avons créés et que nous avons à cœur de partager avec vous tous au fil du temps !

Pour se faire, il nous paraît essentiel que chaque association du territoire de la Manche soit représentée au sein du CDRP50, Comité Départemental de la Randonnée Pédestre créé en 1997 avec pour missions de :

- Représenter les clubs de la Manche ainsi que les randonneurs fédérés,
- Promouvoir la randonnée sous toutes ses formes,
- Mutualiser et partager les compétences.

D'ici là, nous tenons à vous remercier pour votre confiance et votre soutien durant ce mandat.

NOUS AVONS BESOIN DE VOUS POUR POURSUIVRE LES TRAVAUX DES 4 COMMISSIONS



Sentiers & itinéraires

>Pour participer à la sauvegarde, l'amélioration, l'entretien et le balisage des itinéraires.

>Pour promouvoir les itinéraires de la Manche.



Formation

>Pour transmettre en devenant formateur dans l'encadrement (technique, sécurité, orientation), l'animation (patrimoine, faune, flore, etc...), le numérique (GPS, SIG).



Vie associative
& Tourisme

>Pour accompagner les associations dans l'animation de nos territoires.

>Pour développer une offre de services aux randonneurs et de prestations touristiques (séjours, encadrements rando, ...)



Pratique & adhésion

>Pour être aux côtés des clubs afin de les accompagner dans leurs projets de diversification des pratiques.

>Pour inciter les associations non fédérées à rejoindre la FFRandonnée Manche.

LES RENDEZ-VOUS 2021 INCOURTOURNABLES

*Séjour découverte de la
PRESQU'ILE DU COTENTIN*
du 23 au 26 avril 2021 (ouvert à tous)

Rando PATRIMOINE
week-end du 18 et 19 septembre 2021

Une opportunité de tisser des liens et de valoriser les bénévoles !

Attirer les bénévoles, leur proposer des missions correspondant à leurs centres d'intérêt, les accueillir au sein des clubs et des comités, les valoriser par une progression dans leurs compétences techniques et relationnelles, par la prise de responsabilités, par la reconnaissance des pairs et de l'institution, voilà les actions concrètes qui les fidéliseront et qui développeront un fort sentiment d'appartenance à leur club, et à la fédération.

Axe principal de ce projet, la plateforme permet :

- o **La promotion de missions bénévoles** variées proposées par les clubs, les comités et le siège de la fédération. Ces missions concernent les pratiques et leur animation, les itinéraires et leur valorisation, et toutes celles qui participent au fonctionnement des clubs et à l'animation de la vie fédérale. Voir les vidéos dans Nos missions.

- o **La création et la mise en ligne des offres de mission** proposées par les associations et les comités. Le système numérique a intégré l'aide à l'écriture des offres de mission. Un guide est à votre disposition dans cet espace. Voir [ESPACE ASSOCIATION](#)

- o **Les licenciés ou non licenciés, le grand public souhaitant devenir bénévole au sein de notre réseau**, pourront faire connaître leurs propres compétences et leurs disponibilités, mais également répondre aux offres de missions proposées. Voir [ESPACE BENEVOLE](#)

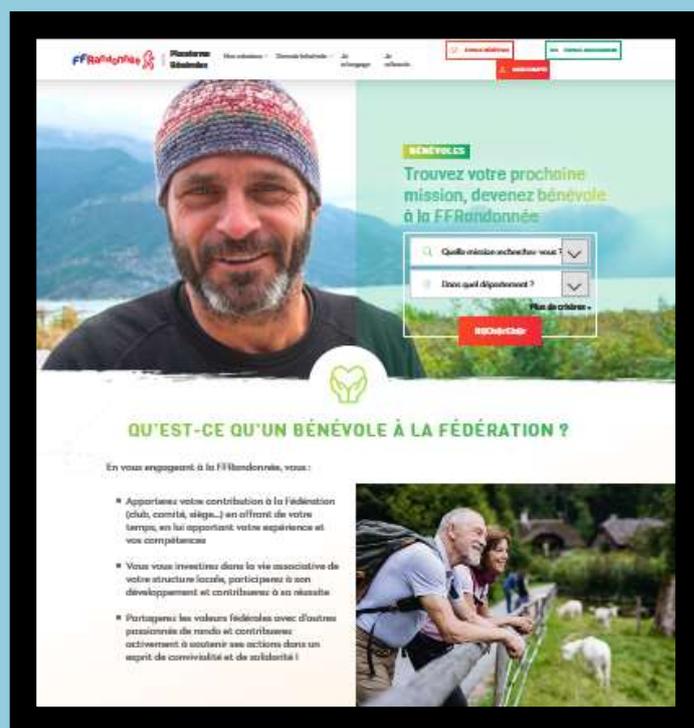
- o Le site « Bénévoles FFRandonnée, créons du lien » met aussi en valeur des **expériences et des portraits de bénévoles**.

- o Le site présente **les actualités des bénévoles ou du bénévolat**, des bonnes pratiques initiées localement, dans les départements ou encore au niveau régional.

- o Enfin, **le vivier de compétences de la FFRandonnée** a été créé : il rassemble l'ensemble des personnes, licenciées ou non, bénévoles au sein des structures fédérales (clubs, comités, siège) ou volontaires pour donner du temps et de leurs compétences au sein de notre réseau, de manière occasionnelle ou régulière.



Ce site est pour vous, faites-le vivre !



- Chaque bénévole active et remplit son espace **bénévole**. Chacun, chacune recrute au moins un ami, une amie qui proposera ses services. L'ensemble de ces personnes constitueront « le vivier de compétences » de la FFRandonnée.

- Chaque comité et chaque association proposent **au moins une offre de mission bénévole**.

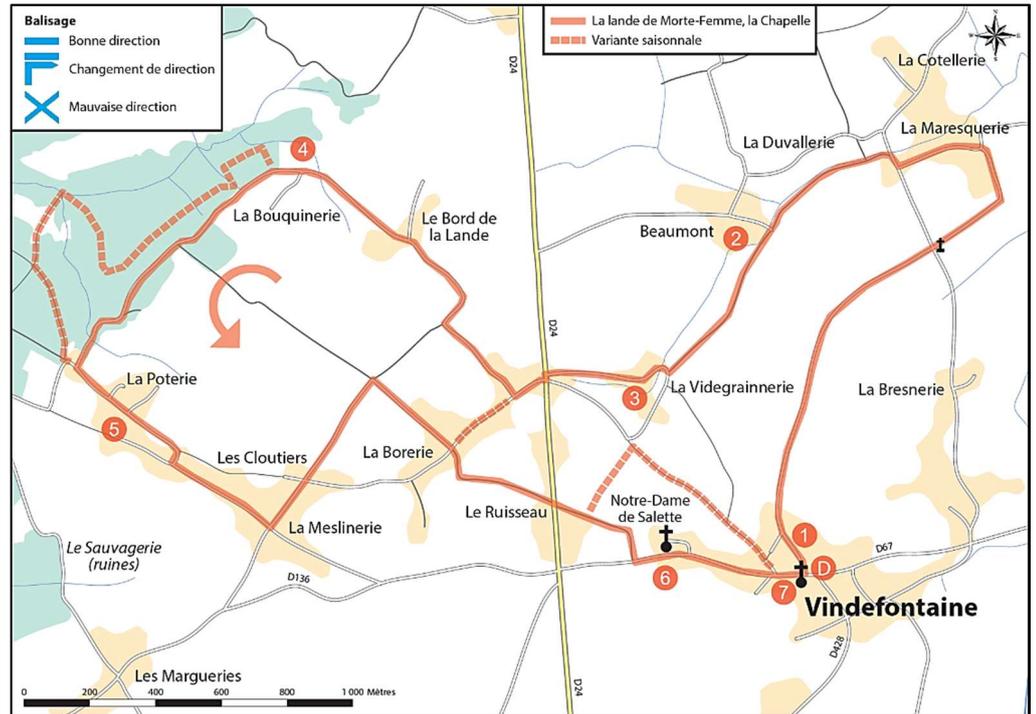
- Les comités et les associations échangent **sur les actualités** concernant les bénévoles, les opérations ou les animations qu'ils réalisent. Envoyez vos actualités à benevoles@ffrandonnee.fr

- Chaque année, chaque comité et chaque association **met en valeur au moins un ou une de ses bénévoles** sur la plateforme. Envoyez vos portraits ou vos témoignages à benevoles@ffrandonnee.fr

IDEE RANDO A VINDEFONTAINE

Dans ce numéro, c'est l'association des randonneurs des Marais qui nous invite à faire une petite balade familiale de 11km sur la commune de Vindefontaine, localisée dans la région naturelle du Bauplois bordée par la rivière de l'Ouve.

Ce circuit est balisé en bleu. Le point de départ de la randonnée se situe place de la mairie. Celle-ci abrite une collection de poteries datant des 18^e et 19^e siècles. Dans les années 60, Daniel Asseline, maire de l'époque, créa, avec une poignée de passionnés, l'association des amis du vieux Vindefontaine. Cette association entreprit de faire revivre l'activité potière disparue depuis le début du siècle, en favorisant l'installation d'un jeune potier dans la commune, mais aussi en récupérant de nombreuses pièces de poterie qui sont exposées dans la mairie.



Extrait du topoguide randonnée pédestre de l'office de tourisme de la Baie du Cotentin - édition 2018

1 La fontaine St Martin : Située à 100m du point de départ, elle fait allusion à l'origine du nom de la commune, Vindefontaine. Selon les données toponymiques que l'on consulte, il peut s'agir d'une source qui aurait donné les noms Vindefons, Vinum Fontis, Vin de Fontaine ou encore Ondefontaine (fontaine dans laquelle on peut se voir). Une autre source mentionne le mot scandinave Wide (voir) qui, retranscrit, donna Videfontaine puis Vindefontaine. Une troisième origine fait allusion au passage de religieux qui vinrent se désaltérer à la fontaine St Martin où l'eau se serait changée en vin dans leurs bouches d'où le nom Vinum de fonse, vin de la Fontaine, Vindefontaine.

2 Le Manoir de Beaumont : Ferme pilote du canton de la Haye du Puits au milieu du siècle dernier ; le colombier et les restes d'une tour basse subsistent de la seigneurie du XVI^e. Cette exploitation d'environ 300 hectares est exploitée depuis trois générations par la famille Duvernois.

3 Le lavoir de la Pèlerine : Le lavoir nommé « la Pèlerine » est situé au village de la Videgrainnerie. L'entourage du lavoir est confectionné avec des carreaux de terre fabriqués par les potiers de la commune.

4 La lande de Mortefemme : D'une superficie de 58 ha, elle doit son nom à l'héritière du sieur Châteaubrilland qui se suicida, provoquant la confiscation des biens par le roi qui lui donna ce nom au 12^e siècle. Cette lande est aussi liée au roman de Barbey d'Aurevilly « l'ensorcellée » (1864). Clotilde Mauduit dite « la Clotte », une vieille femme, amie de l'héroïne, tuée à coups de pierres à l'issue de l'inhumation de l'ensorcellée à laquelle elle avait voulu assister malgré son infirmité, aurait été trainée derrière un cheval à cet endroit où l'abbé Juggan la découvrit sans vie. A la belle saison, vous pouvez au choix emprunter une boucle, le circuit des Mares, qui vous emmène à l'intérieur de la plantation.

5 Le village de la Poterie : Aux alentours de 1850, environ 300 personnes habitaient au village et vivaient de l'activité potière. Une dizaine d'artisans, dont les plus connus étaient les Le Danois, fabriquaient toutes sortes d'objets utilitaires, décoratifs, religieux et notamment les pots à beurre pour l'exportation du beurre. La terre argileuse qui était la matière première et le bois qui servait à la cuisson étaient prélevés dans la lande de Mortefemme toute proche, le kaolin mis en décoration venait de Saint Sauveur-le-Vicomte.

6 La Chapelle de la Salette : L'abbé Godefroy, curé de la paroisse de 1858 à 1880, fut le fondateur de la chapelle à Vindefontaine. Cette chapelle se voulait le relais du message que la Sainte Vierge avait transmis à Mélanie et Maximin lors de son apparition le 19 septembre 1846 dans la commune de la Salette-Fallavaux en Isère. Cette chapelle fut construite en 14 mois par des paroissiens et des ouvriers bénévoles et le 9 juin 1867, l'abbé Godefroy eut la permission de conserver jour et nuit le Saint Sacrement dans la chapelle. Depuis cette date, des milliers de pèlerins se réunissent dans la chapelle et sur l'esplanade pour rendre hommage à la Sainte Vierge le dimanche le plus proche du 19 septembre.

7 Eglise Saint-Martin : Son transept et son chœur datent de la fin du XIII^e siècle, début XIV^e siècle. Son imposante tour carrée domine les marais de la Sèves et de la Douve. Le sommet est décoré de modillons comprenant un canal qui recueille les eaux de pluie en les dirigeant vers des gargouilles ; les colonnes des murs se terminent par des visages d'ange ; cadran solaire. Le maître-autel en bois peint et doré du XVIII^e est entouré de Saint Martin et de Saint Joseph. La statue en calcaire polychrome de la Vierge à l'enfant du XIV^e est classée Monument Historique en 1914.

« Après avoir traversé la D24, en hiver la variante vers la Borerie est conseillée. »

Sources et auteurs : JEAN PIERRE TRAVERT (ancien Maire de Vindefontaine) et Guy LEMPERIERE (randonneur des marais)

CAMPAGNE DE BALISAGE 2020

Suite au confinement contraint et forcé de la population, notre rassemblement des baliseurs prévu en mars dernier n'a pas pu se dérouler comme prévu à Marigny.

LES BALISEURS ont surfé entre les 2 vagues

Aussi, dès les 1ers jours du déconfinement et conformément au plan de reprise des activités par la FFRandonnée, Benoit Allix et Guillaume Romancant n'ont pas hésité à organiser une tournée et à sillonner pendant une semaine le département afin de réapprovisionner les baliseurs en fournitures habituelles, et ce sur des points de collectes bien définis au préalable. Heureux de se retrouver derrière leur masque et en respectant les gestes barrière, les équipes ont enfin pu se mettre à pied d'œuvre pour débiter la campagne de balisage 2020. La nature ayant repris ses droits sur quelques tronçons, elles se sont lancées dans l'inspection de leurs sentiers puis ont procédé à l'entretien voire à la création de balisage pour le plus grand plaisir des randonneurs car nous n'avions jamais vu autant de personnes, de tous âges, sur les chemins même dans les coins les plus perdus de la Manche !



URGENT :

***Nous recherchons des baliseurs
pour renforcer les secteurs***



Ouest Centre Manche
(La Haye du Puits, Lessay, Perier)

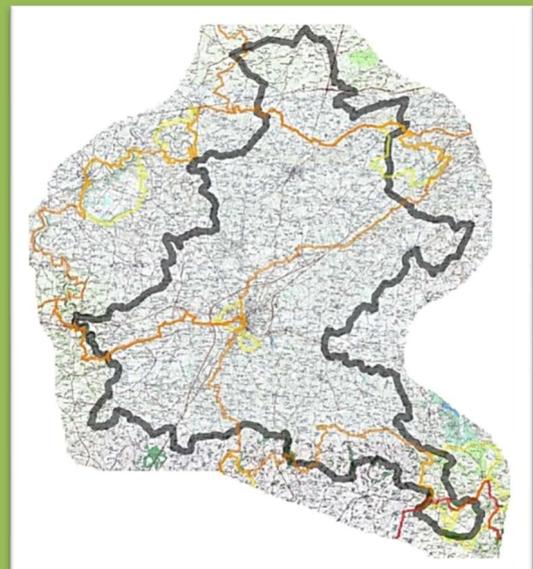
pour le suivi du :

GR® 223
GR® 223 B
2 PR

Villedieu Intercom

pour le suivi du :

GR® de Pays les fondateurs de cloches,
GR® Pays les Belvédères du Mont Saint Michel
3 PR



COUP DE PROJECTEUR SUR LES BALISEURS DU BOUT DU MONDE

En ces temps où il semble utile de réaffirmer le rôle majeur du CDRP50 concernant le balisage des itinéraires (GR®, GRP®, PR®) notamment dans le Cotentin, je me suis entretenue avec Michel GERMIS, responsable du secteur de balisage de La Hague.



Ils s'appellent Michel, Marie-Noëlle, Isabelle, Raymonde, Odile, Mauricette, Raymond, Jacques et les autres...



Leur responsable, Michel GERMIS, a participé au stage de formation des baliseurs en 2015 et rejoint le groupe de la Hague dont le chargé de secteur était alors Gérard LEROUVILLOIS.

Que s'est-il passé depuis ton stage de balisage en 2015 ?

« Je me suis vu confié le tronçon du GR® 223 allant de Querqueville (53) à Goury (61). Puis à la suite du décès de Gérard, Benoît m'a confié la charge du secteur de la Hague composé :

- de la portion du GR® 223 allant de Querqueville (53) à Portbail (90) représentant 108 km,
- du GR® Pays Tour de la Hague représentant 30 km,
- des PR® 35, 36, 40, 42, 50 et 51 totalisant 79 km,

ce qui représente un total de 217 km. »

Quelles difficultés as-tu rencontrées ?

« En 2015, l'équipe était composée de 12 baliseurs, membres de la FFRandonnée, parmi lesquels plusieurs devaient limiter leur activité ou bien souhaitaient arrêter le balisage en raison de leur âge ou de leur état de santé.

Cette année-là, j'étais le seul nouveau de l'équipe. L'effectif opérationnel était donc insuffisant pour exécuter les actions d'entretien du balisage. A l'évidence, il était impératif d'étoffer l'équipe, nous devons rapidement recruter de nouveaux baliseurs ou de nouvelles baliseuses. Les baliseurs ont parlé de l'activité de balisage autour d'eux et ont ainsi permis à de nouveaux candidats de suivre la formation. En 2018, Marie-Dominique et Jacques ont été les bienvenus. En 2019, Marie, Christine, Alain et Francis ont rejoint le groupe. En 2020, c'est 7 nouveaux candidats ayant participé au stage qui sont venus étoffer le groupe de la Hague qui compte à ce jour 21 personnes, 9 hommes et 12 femmes. »

Comment s'est passée cette année 2020 ?

« Malgré la pandémie et les contraintes du premier confinement nous avons pu réaliser plusieurs chantiers en 2020 parmi lesquels nous pouvons mettre en lumière :

- Le GR® Pays Tour de la Hague qui avait profité d'une rénovation importante en 2019 et a bénéficié d'une inspection et d'un entretien courant en 2020,
- Le PR® 42 Le Cap de Flamanville qui, dès le déconfinement, a bénéficié de l'intervention d'une équipe de 7 baliseurs qui a procédé à une rénovation totale du balisage sur plus d'un tiers du parcours, un deuxième tiers étant commun avec le GR® 223 a lui bénéficié d'une inspection ; le dernier tiers a été victime des mauvaises conditions météo du mois d'octobre et du 2^e reconfinement, il sera une de nos priorités en 2021.
- Le PR® 51 Sur les pas de Jean-François Millet a bénéficié d'une rénovation importante de son balisage entre Omonville La Rogue et le Hameau Gruchy. »

Quels sont les projets pour 2021 ?

« Pour la campagne 2021, nous prévoyons notamment, comme indiqué ci-dessus, de terminer la rénovation du balisage du PR® 42 Le Cap de Flamanville, mais aussi de rénover celui du PR® 40 Le Bocage de hameau en hameau pour lequel nous allons étudier la possibilité de modifier le lieu de départ et celle de nous rapprocher de la biscuiterie. Le PR® 35 Cap de Carteret et dunes perchées fera l'objet d'une inspection pour laquelle je mobiliserai une petite équipe. »

A l'évidence, malgré cette crise sanitaire sans précédent, les baliseurs n'ont qu'une envie, reprendre leurs activités au plus vite ! Nous les en remercions vivement ainsi que tous les baliseurs de La Manche !

*Michel GERMIS, baliseur
Claudie RUNAVOT, baliseuse*

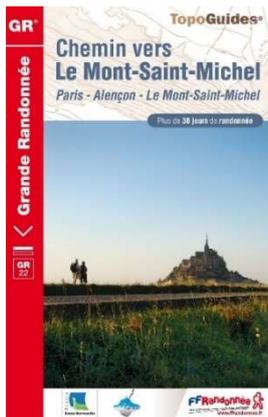
A VOS AGENDAS AMIS BALISEURS !!!



Nous nous retrouverons le **27 mars 2021**
pour le **rassemblement des baliseurs** à Marigny

PARUTIONS ET REEDITIONS 2021

Paris-le Mont Saint Michel



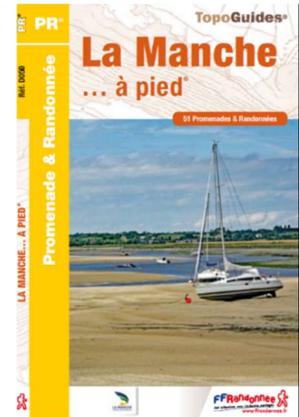
sortie mars 2021 sur mongr.fr

Tour du Cotentin



sortie juin 2021

Manche à pied



sortie septembre 2021

LA REDYNAMISATION DES GR® : L'EXEMPLE DU GR® 22 EN NORMANDIE

Bien avant que Saint-Jacques-de-Compostelle ne devienne le lieu de dévotion que l'on connaît, des pèlerins (les Miquelots) ont afflué, par milliers au Mont-Saint-Michel. Le GR® 22 permet aujourd'hui aux randonneurs de marcher sur leurs traces, de Paris Notre-Dame jusqu'à la célèbre abbaye.



L'itinéraire leur fera traverser pas moins de 6 départements avant qu'ils puissent distinguer, à l'horizon, la gracieuse silhouette du Mont. Les attendent en chemin des sites loin d'être anecdotiques tels que les forêts de Versailles et Meudon, le pays du Perche et ses bocages bucoliques, la cité ducale d'Alençon ou encore Avranches et son jardin des plantes, dernière étape importante avant le but ultime.

Une trentaine de GR® et GR® de Pays font l'objet d'études, de requalifications et de valorisation à la fois sur le terrain et par le biais de publications (MonGR, Topoguide, etc.).

Les objectifs : répondre le plus possible aux attentes des randonneurs et contribuer à rendre attractifs les territoires traversés.

Le GR® 22 Paris-Le Mont-Saint-Michel fait partie de ces itinéraires en redynamisation. Il relie la capitale au Mont-Saint-Michel, soit 564 km (657 km avec les variantes). Pour valoriser l'itinéraire sur le terrain, une signalisation de notoriété a été mise en place, comprenant la marque fédérale blanc/rouge et la thématique Paris Le Mont-Saint-Michel.

Filière PRATIQUANT

Formations	Lieux	Dates
Pratiquer GPS	Houlgate (14)	Samedi 23 janvier
Pratiquer Longe-Côte /Marche-Aquatique	Colleville-Montgomery (14)	Dimanche 13 mars
Pratiquer Rando Découverte	Petit Couronne (76)	Samedi 27 mars
	Fermanville (50)	Jeudi 7 octobre
Pratiquer Marche Nordique	Petit Couronne (76)	Samedi 17 avril

Filière ANIMATEUR

Formations	Lieux	Dates
 Brevet Fédéral Animateur Marche Nordique	Petit-Couronne (76)	Tronc commun 16 et 17 octobre (Stage initial) 12 et 13 mars 2022 (Stage final)
 Brevet Fédéral Animateur Longe-Côte /Marche-Aquatique	Asnelles (14)	Tronc commun 19 au 20 juin (Stage initial) 2 au 3 octobre (Stage final)
 Certificat d'Animateur de Randonnée de Proximité	Vernon (27)	Samedi 5 juin
	Fermanville (50)	Samedi 6 novembre
 Brevet Fédéral d'Animateur de Randonnée	Houlgate (14)	Tronc commun 24 au 25 avril (Stage initial) 25 au 26 septembre (Stage final)
Tronc commun au 	Vernon (27)	Samedi 13 février
	Houlgate (14)	Dimanche 14 mars
	Houlgate (14)	Samedi 11 septembre

Modalités et inscriptions sur <https://formation.ffrandonnee.fr/>

Dans ce carnet de rando, Michel de l'ATPM Rando, a souhaité partager ses souvenirs et une très forte envie d'évasion.

CHAUSEY, un trésor au large de nos côtes



“A quelques encablures de Granville, l'archipel mérite le détour.



D'abord quelques mots d'histoire car CHAUSEY a échappé, pour notre bonheur, à un destin britannique grâce au duc de Normandie RICHARD II qui en fit don aux moines du Mont Saint Michel en 1022. Toutes les tentatives Anglaises (toujours eux !) pour récupérer l'archipel resteront vaines.

Un peu de géographie : 52 îlots « insubmersibles » constituent une curiosité naturelle passant deux fois par jour d'une soixantaine d'hectares à quelques milliers au gré des marées.

La Grande Île (45 ha) offre de nombreuses possibilités de découvertes (sentier littoral, patrimoine bâti, témoignages des activités passées, flore...). Malgré sa petite taille, on peut y marcher plusieurs heures avec la possibilité, les jours de grande marée, de s'aventurer longuement sur l'estran tout en évitant les îlots où l'accès est réglementé pour la protection de la nidification des nombreux oiseaux (tadornes de Belon, bernaches, huîtres-pie, hirondelles de mer, fous de Bassan, cormorans, mouettes et goélands...)

Idéalement, choisir un jour de grande marée pour découvrir CHAUSEY. Le bateau souvent bien rempli pourrait vous faire craindre une forte occupation des sentiers mais il n'en est rien car la plupart des passagers vont à la pêche. Chaque saison apporte ses avantages, ses couleurs et ses lumières. Ainsi la flore est riche au printemps, mais les eaux cristallines de Port Marie y seront un peu fraîches pour un bain prolongé !

Pour les amateurs de fleurs, citons les orchis (pyramidal, à fleurs lâches), le rosier pimprenelle, l'armérie maritime, le chèvrefeuille, la jacinthe des bois, l'œillet de France d'un rose délicat, le géranium sanguin, les toxiques belladone et jusquiame, l'iris fétide, la lavande de mer, la criste marine.

Avant de devenir ce joyau touristique, l'archipel a eu autrefois jusqu'à 500 habitants vivant de rudes métiers comme la pêche, l'extraction du granit (en plus de la Grande Île, il y avait des carrières sur une trentaine d'îlots) et la fabrication de la soude.

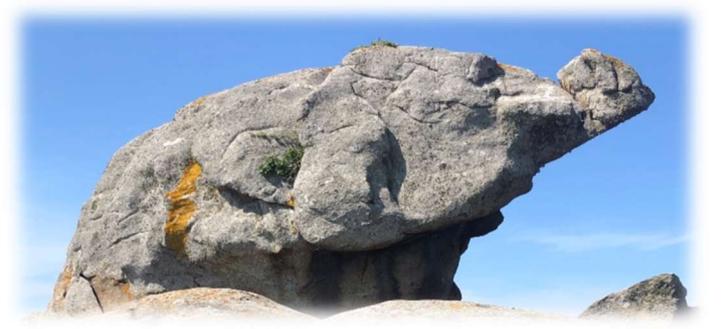
Le parcours révèle de nombreux témoignages de l'histoire de l'île ou de l'activité humaine du passé :

Le fort du 19^{ème} siècle et le vieux fort du 16^{ème} siècle, les multiples vestiges des carrières de granit, les amers dont cette « mystérieuse pyramide », l'église construite à partir de 1848, le presbytère transformé en gîte, l'école, le phare aujourd'hui automatisé et l'ancien sémaphore occupé maintenant par le conservatoire du littoral, le village des Blainvillais créé en 1825 pour loger les barilleurs venus du continent pour fabriquer des pains de soude en brûlant du varech, la maison de l'aventurier, écrivain et peintre officiel de la Marine, Marin MARIE...

Quelques endroits offrent un très large panorama :

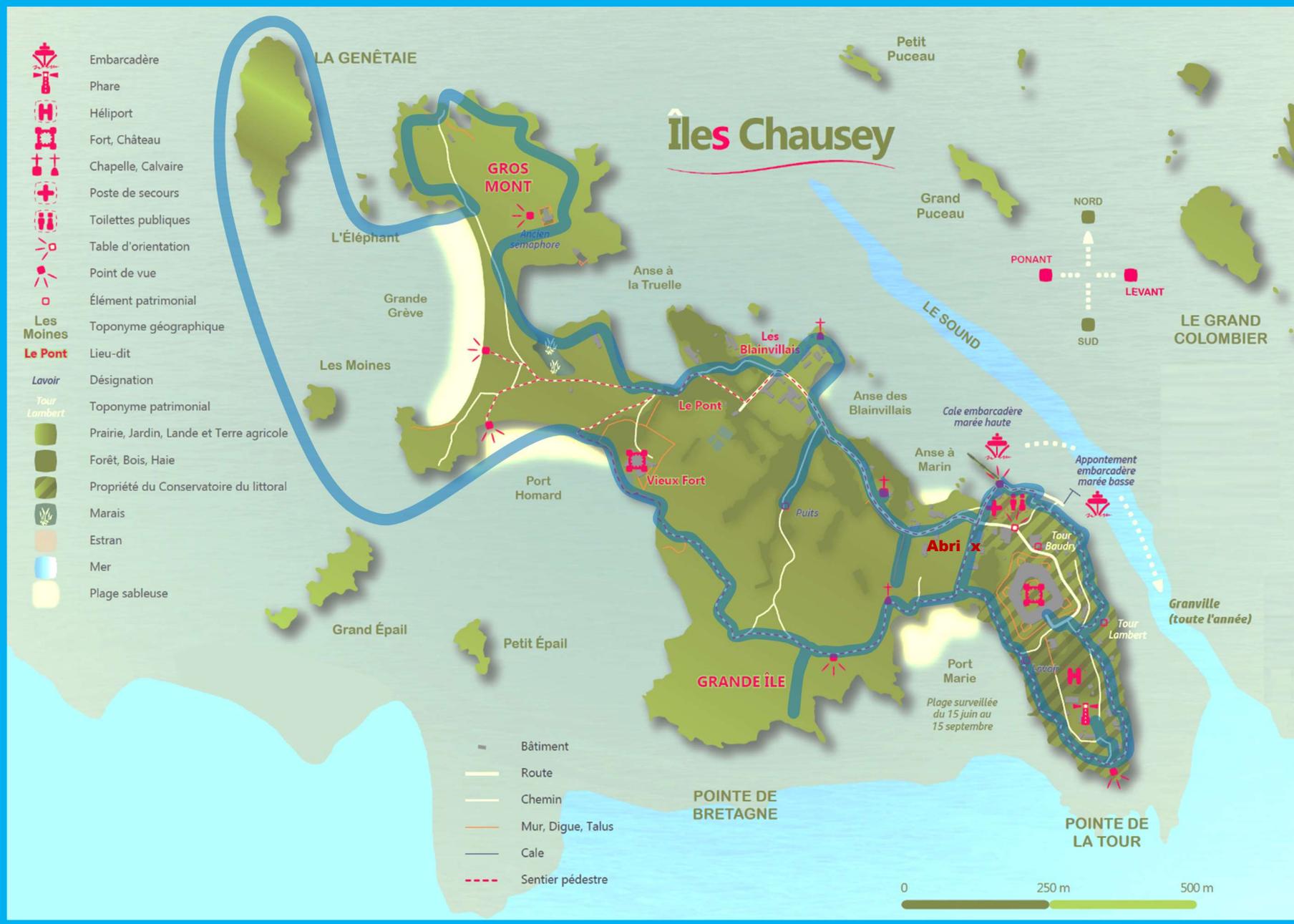
- de la pointe de la Tour (près du phare), vers la Baie du Mont Saint Michel, la région de Cancale, l'île de Cézembre.
- du sémaphore vers l'archipel des Minquiers et Jersey.
- à proximité de l'hôtel ou de la boutique, vue sur l'ensemble de l'archipel particulièrement impressionnant à marée basse.

Le parcours est aussi ludique avec tous les rochers aux formes et ressemblances laissées à l'imagination et la créativité de chacun ! Citons au passage « les moines », « l'éléphant », « l'artichaut »... “



Michel Durand

Voici le parcours réalisé, avec ATPM Rando, le 18 octobre 2020.
Il pleut assez peu sur l'île mais au cas où, il existe un abri à proximité de l'ancienne école.



RETOUR SUR LA RANDO PATRIMOINE 2020

*Histoire du Cotentin,
belles demeures, lieux magiques...
pour le bonheur des randonneurs.*



Pour sa 2^e édition en ce samedi 19 septembre, la crise sanitaire nous a conduit à proposer un programme allégé comportant cependant un bel itinéraire de 23 km au départ de l'abbaye Notre Dame de Grâce de Bricquebec.

L'accueil des 80 participants s'est fait sous un ciel brumeux et pluvieux afin de ne pas manquer à la tradition de ces journées européennes du patrimoine dans la Manche mais qu'à cela ne tienne, les marcheurs sont partis d'un pas allègre pour un saut dans le passé agrémenté des commentaires enrichissants de notre guide conférencier, Stéphane Watrin.

Après un parcours dans les sentiers du bocage et une 1^{ère} halte à la ferme manoir du Coisel, nous découvrons la Cour de Saint Martin et son pigeonnier construit en 1632, une pure merveille ! Les forces retrouvées grâce au pique-nique dans ce lieu mystérieux et romantique qu'est le bois des roches à Rocheville, nous sommes repartis sous les rayons du soleil en direction du domaine privé de la chapelle Saint Anne, ancien ermitage, où nous attendaient les charmants propriétaires pour partager l'histoire de cet édifice religieux.

Avant le retour vers l'enceinte médiévale du château de Bricquebec (*dont nous apercevons le donjon avec le plaisir d'une belle journée de randonnée*), nous nous attardons auprès des ruines de l'ancienne église dans le quartier « le village ». La fin du parcours se fait par la voie verte où se regroupent une dernière fois les randonneurs afin de se quitter chaleureusement et dans la bonne humeur qui ne nous aura pas quittée toute la journée. Vivement la prochaine!

Un grand merci à Stéphane et à tous les membres de l'équipe d'encadrement « rando du Patrimoine »

Claudie Runavot

Avranches

61 Le Carnet de la semaine / **50** Avranchin / **52** Ducey / **53** Pontorson /
55 Villedieu / **58** Percy / **60** Gavray-sur-Sienne / **62** Faits divers

Budget : des voyants au vert qui agacent l'opposition. Page 44

Indemnité des élus : le maire ne sait pas combien il gagne. Page 46

Beauvoir : un spectacle équestre le long du Couesnon. Page 53



Rédaction

- 29 rue de la Constitution,
50300 Avranches,
Tél. 02 3358 01 30, Fax 02 3379 06 22,
E-mail : avranches@lamanchelibre.com
- Chef d'agence : Nicolas Thomas
- Le carnet de la semaine - Le journal des
annonces - Les bonnes adresses:
Tél. 02 33 58 01 30.
- Publicité : Régie Ouest,
Tél. 02 33 72 50 60, Fax 02 33 72 50 61,
contact@regieouest.com

Urgence médicale

- Polyclinique de la Baie: Tél. 0826 595 005.
- Centre hospitalier: Tél. 023389 40 00.
- Médecin: Tél. 15.
- Pharmacie: samedi 1er août et dimanche 2,
pharmacie des M, 8 boulevard du Luxembourg
à Avranches, tél. 02 33 68 32 55. Des change-
ments de dernière minute sont possibles. Plus
d'information sur lepharmacienn.fr ou par un
appel au 32 37 (0,35 € TTC/mn).
- Dentiste: dimanche de 10 h à 12 h,
Tél. 02 33 72 40 32.
- SOS Kiné: Tél. 15.

Numéros utiles

- Gendarmerie: Tél. 02 33 89 26 30.
- Mairie: Tél. 02 33 89 29 40.
- Sous-préfecture: Tél. 02 33 79 04 00.
- Presbytère: Tél. 02 33 58 04 45.

Correspondants:

- Thomas Coutant:
Tél. 06 80 35 40 75 (sports).
- Maxime Vanlaere:
Tél. 06 66 87 68 78 (Le Parc, Sainte-Pièce,
Plomb).
- Huguette Marquer:
Tél. 02 33 70 90 44 (Genêts, Bacilly).
- Michel Saint-Martin: Tél. 02 33 70 64 25
ou 06 83 48 37 77 (Lolif, Subigny).
- Jacqueline Jacquin:
Tél. 06 58 20 75 06 (Le Luot).

Offices religieux

- Samedi 1er août : 17 h au Saint-Cœur de Marie.
- Dimanche 2 : 10 h 30 à Saint-Gervais (capacité 90 personnes), 11 h à Notre-Dame-des-Champs (capacité 110 personnes, masque obligatoire).



Les baliseurs devant le Scriptorial vendredi 24 juillet : Yves Lasquellec, Jean-Luc Esnouf, Gérard Constant, Christian Duroux et Henri Bal.

Le nouveau GR22 Paris-Le Mont passe par le centre-ville

Tourisme

Des bénévoles de la fédération française de randonnée de la Manche ont modifié le parcours du GR22 Paris-Le Mont sur 10 km.

Attablés autour d'un café sur la terrasse du bar "Au numéro 1", place du Marché à Avranches, cinq baliseurs de la fédération française de randonnée de la Manche savourent une pause bien méritée. Les bénévoles sont sur la route depuis 8 h 30 pour baliser le nouveau tracé du GR22. Entre Saint-Senier et Le Val-Saint-Père, l'itinéraire qui relie Notre-Dame de Paris à l'abbaye du Mont Saint-Michel change. Un nouveau circuit de 10 km sur 565 km de GR22, dont 130 km dans la Manche, c'est peu de chose, mais selon Henri Bal, responsable du secteur Sud-Manche pour la fédération, "c'est très rare que l'on modifie un GR." Ce chemin de grande randon-

née suit l'ancien itinéraire des pèlerins, les miquelots, qui se rendaient au Mont Saint-Michel depuis le Moyen Âge. Henri Bal a été à l'initiative de cette modification, validée en février par le conseil municipal d'Avranches.

Le GR22 s'offre le centre-ville

"De nouveaux sites à Avranches méritaient le détour, comme le chemin de Pivette, le square Thomas-Beckett, le parcours sportif." Depuis Saint-Senier, le tracé descend la rue des Filatures et le chemin de Pivette, puis remonte la rue Cour-du-Paradis vers la place du Marché. De là, le GR emmène les marcheurs devant le Scriptorial, à la place Littré et dans la vieille ville où, au square Beckett, se dressent les deux chandeliers monumentaux rappelant les flèches de l'ancienne cathédrale Saint-André. Le circuit descend ensuite de la plateforme pour rejoindre le square Beltrame puis remonte le boulevard Jozeau-Marigné en

direction du jardin des Plantes. Le GR22 chemine le long du coteau par le parcours sportif, le Bois Guérin, puis passe derrière l'usine Chéreau avant de descendre vers Le Val-Saint-Père par la traversée de l'A84. "Le GR22 rejoint le GR223, le sentier des douaniers qui fait le tour du Cotentin, à l'aérodrome de Boullé."

Dans l'ancien itinéraire, la quatre-voies était traversée au niveau de la gare dans un cadre peu attrayant, entre chemin de fer, trafic autoroutier et zones industrielles. Ce nouveau tracé sera bénéfique pour Avranches, qui voit le GR22 traverser le centre-ville. Après la pause, les baliseurs ont repris la route, leurs stickers rouge et blanc, signaux des GR, dans les mains. "Nous avons tous plus de 60 ans", fait remarquer au passage Henri Bal. "Beaucoup d'associations de randonnée empruntent les GR balisés mais ne sont pas affiliées à la fédération. Nous avons pourtant un grand besoin de renouvellement !"

À la découverte de la ville en randonnant

Ouest-France
Vendredi 7 août 2020

Le comité départemental des randonneurs de la Manche a modifié le parcours du GR 22, qui va de Paris au Mont-Saint-Michel. Désormais, les randonneurs découvriront le centre-ville d'Avranches.

Henry Bal est baliseur collecteur. Une activité qu'il exerce bénévolement pour le comité départemental de la randonnée de la Manche, une antenne de la fédération française.

Les baliseurs collecteurs ont chacun un secteur avec des chemins de randonnées à surveiller. « **Nous vérifions qu'il n'y a pas de problème sur le chemin et nous entretenons les balises.** » Dans la Manche, ils sont 162 baliseurs bénévoles. Un travail important pour la sauvegarde des chemins. « **Il y a des sentiers qui disparaissent parce qu'ils ne sont pas entretenus.** » Il existe une application sentinelle pour signaler ces problèmes : Suricate, sports de nature. « **Il faut être vigilant à la conservation des chemins et nous déplorons trop de déchets laissés à l'abandon.** »

Un nouveau parcours

La semaine dernière, les bénévoles ont eu du boulot car ils ont modifié une partie du GR22 qui va de Paris jusqu'au Mont-Saint-Michel. La partie modifiée concerne le passage d'Avranches. « **L'objectif est de mettre en avant des lieux d'Avranches.** »

Avant, l'itinéraire de la randonnée faisait déjà passer les marcheurs par la ville mais pas par les coins les plus sympas. « **Les marcheurs arrivaient vers le cimetière, remontaient jusqu'aux halles, place du marché, le Scriptorial, la place Valhubert, la gare et ils repartaient vers la station d'épuration.** »

Pour Henry Bal, l'ancien parcours n'était « **pas très ludique** ». Et le rôle des baliseurs collecteurs est aussi de faire découvrir le patrimoine aux ran-



Henry Bal, Yves Lasquelléc, Jacquie Veillard-Aysun et Jean-Luc Esnouf sont baliseurs collecteurs. Ils ont balisé le nouveau parcours du GR 22 dans le centre-ville d'Avranches.

PHOTO : OUEST-FRANCE

donneurs. « **Quand un itinéraire est balisé, ça veut dire qu'il y a une sécurité garantie sur le parcours et un intérêt patrimonial et touristique, avec un pourcentage maximal de routes goudronnées.** »

Un centre-ville à valoriser

Désormais, les marcheurs passeront derrière la mairie puis, entre autres, par « **le musée d'Art et d'Histoire, le**

square Becket, avec la possibilité de faire un crochet par le jardin Bergevin. Les promeneurs passeront devant le théâtre, traverseront le Jardin des Plantes pour arriver sur la place Carnot, bientôt rénovée. Ensuite, ils prendront la rue du Gué de l'Épine, emprunteront le parcours sportif. Plus tard, ils finiront au Val-Saint-Père, où se trouve une halte pour randonneurs construite par

la mairie. » Non loin de l'aérodrome, les randonneurs rejoindront le GR223 qui fait le tour de la Manche.

Autre bienfait de ce nouveau parcours : l'accès aux commerces. « **Certains randonneurs nous font remarquer le manque d'hébergements sur le parcours.** » Un projet similaire est en cours à Brécey.

Marie-Axelle RICHARD.

Saint-Pierre-Église

Un chemin de randonnée fraîchement balisé



De gauche à droite : Roland Guérard, adjoint aux travaux ; Claude Lettollec et Alain Bonnet, baliseurs pour la Fédération française de randonnée.

PHOTO : OUEST-FRANCE

Les baliseurs des sentiers de randonnées continuent leur travail autour de la signalisation des chemins qui sillonnent le Val de Saire. Vendredi 19 juin au matin, rendez-vous était donc donné à Saint-Pierre-Église avec Claude Lettollec et Alain Bonnet, pour la mise en place d'un poteau avec l'aide d'un employé municipal et de l'adjoint aux travaux Roland Guérard. Une fois le poteau solidement posé, Claude, infatigable marcheuse, a sorti pinceau et petits pots de peinture pour procéder à son marquage.

Désormais, les deux traits jaune et rouge signalent de manière pérenne la direction à prendre dans le cadre de la découverte du sentier du pays

du Val de Saire. Cet embranchement permet d'emprunter un petit chemin qui se situe au niveau du lieu-dit Les Fieffes et qui permet de contourner le petit bois qui ceinture le château de Saint-Pierre-Église. « Pour la municipalité, notre participation est une manière de montrer concrètement notre attachement au sentier du pays du Val de Saire », souligne Roland Guérard.

« Ce sentier permet d'effectuer une randonnée de Fermanville à Barfleury en profitant du trait de côte et des chemins intérieurs qui traversent la campagne », précise Claude Lettollec.

Sentier du littoral : des réaménagements

Des travaux ont été réalisés par l'association Ose environnement sur le GR 223, qui passe par Granville Terre et mer.



L'association Ose environnement a réalisé plusieurs aménagements sur le sentier du littoral (ici, avant et après).

PHOTO : DR

De Carentan au Mont-Saint-Michel, le sentier du littoral GR 223 traverse Granville Terre et mer (GTM) du nord au sud. « Il est très fréquenté car il offre de magnifiques panoramas et un patrimoine naturel étonnant », rappelle l'intercommunalité, dans un communiqué. Au sud du territoire, « ce sentier des douaniers permet de découvrir la baie du Mont-Saint-Michel, la vallée du Lude et les cabanes Vauban ».

Afin d'assurer la continuité du cheminement sur ce sentier, le Département a confié au Syndicat mixte espaces littoraux de la Manche (Symel) la réalisation d'un diagnostic en 2017. « Cet état des lieux a mis en évidence des améliorations à effectuer sur l'ensemble de l'itinéraire. »

Des visites de terrains avec de nombreux acteurs (Latitude Manche, Conservatoire du littoral, Comité départemental de randonnée pédes-

tre...) « ont permis d'identifier les solutions sur plusieurs points noirs ». Au niveau de la Vallée du Lude et sur le sentier à proximité des falaises de Carolles et Champeaux, les marches étaient « impraticables » et « le sentier creusé par les eaux de ruissellement ».

Compétente en matière d'entretien de ces chemins, GTM a lancé des aménagements destinés à faciliter certains cheminements, afin « d'assurer la sécurité des randonneurs ». Ose environnement a réalisé les travaux avant le confinement. L'association d'insertion par le travail a veillé « à la préservation de la qualité paysagère et environnementale du secteur, site classé et site Natura 2000 ».

Pour cette opération, GTM a sollicité une subvention « à hauteur de 75 % du montant auprès du Département ».

BRICQUEBEC. Journées européennes du patrimoine

À la découverte de lieux marquants du canton

EN CE SAMEDI 19 septembre consacré à la célébration du patrimoine, un grand nombre de marcheurs se sont retrouvés en face de la superbe abbaye Notre-Dame-de-Grâce de Bricquebec à l'initiative du comité FF de randonnée Manche et en partenariat avec le Pays d'art et d'histoire du Clos du Cotentin.

Une brume légère a précédé quelques averses de pluie mais rien n'a découragé les participants qui sont partis d'un pas allègre après avoir écouté l'introduction au patrimoine développée par Stéphane Watrin.

Des aventures incroyables

Cette randonnée en est à sa deuxième édition. Lors de la première édition qui s'était déroulée au Pays de l'Ouve, avaient été proposés cinq circuits dont la randonnée des 5 châteaux. Mais cette année, la crise sanitaire a conduit les organisateurs à proposer un programme allégé comportant tout de même un beau périple de 23 kilomètres.

Le groupe a parcouru les sentiers du bocage après avoir eu quelques indications sur les secrets de l'abbaye de la Trappe. La découverte de la cour à Saint-Martin-le-Hébert a été indiscutablement un des moments forts de cette journée inoubliable, la beauté et le bon état de conservation de l'ensemble étant un sujet d'émerveillement, notamment le colombier spectaculaire, construit en 1632, une pure merveille.

Sur place, le groupe a enlevé le masque quelques secondes afin de prendre le verre de l'amitié et retrouvé des forces autour du pique-nique tiré du sac.

Un peu plus tard, l'entrée dans le mystérieux bois des Roches à Rocheville a été l'occasion de découvrir un site emblématique, vaste chaos formé d'énormes blocs de grès qui a donné son nom à la commune. On comprend que cet incroyable site ait été à l'origine de tant de légendes et d'interprétations romantiques. La nature a produit ici des formes si suggestives que certains ont voulu y voir un immense temple solaire, tandis que fées et lutins y faisaient leur demeure. En-



→ Avant de partir, sous le regard de Notre-Dame-de-Grâce, le groupe de marcheurs s'est prêtée à l'exercice de la photo souvenir.

core un moment de grâce pour les visiteurs qui se sont retrouvés ensuite dans un domaine privé, la chapelle Sainte-Anne, ancien ermitage, véritable

joyau de l'architecture locale. La promenade s'est terminée en majesté par l'arrivée dans l'enceinte médiévale du château de Bricquebec, là encore

des instants merveilleux, véritable saut dans le passé. Ainsi, entre abbaye, édifices religieux, manoirs remarquables, mégalithes, lieux et sentiers

privés ou modestes petits lieux, ce week-end de patrimoine a été une opportunité extraordinaire d'entrer dans la riche histoire du canton.

Carentan-les-Marais (Saint-Côme-du-Mont)

Un nouveau site en ligne pour préparer ses randonnées



Le Parc naturel régional a mis en place un outil en ligne. | PHOTO : ANTHONY QUÉCOT FRANCE

Afin de fouler les 1 550 km de sentiers de randonnées à côté de chez soi, que ce soit pour une balade familiale, ou pour une sortie sportive, à pied ou à vélo, le Parc naturel régional des marais du Cotentin et du Bessin a mis en place un nouvel outil en ligne. « Cette application propose de redécouvrir les différents paysages du parc : ruraux, de bocage, de marais, de landes, de monts et de littoral, explique Erwan Patte, chargé d'information, qui précise : **Après avoir**

sélectionné son itinéraire, il suffit de télécharger la fiche directement depuis son téléphone, sa tablette ou son ordinateur, et c'est parti pour une belle découverte. »

Les sorties en question durent entre une et six heures et n'oublient pas les personnes à mobilité réduite.

Contact : tél. 02 33 71 65 30 ou courriel. accueil@parc-cotentin-bessin.fr. Sur le site Internet : parc-cotentin-bessin.fr/randonner

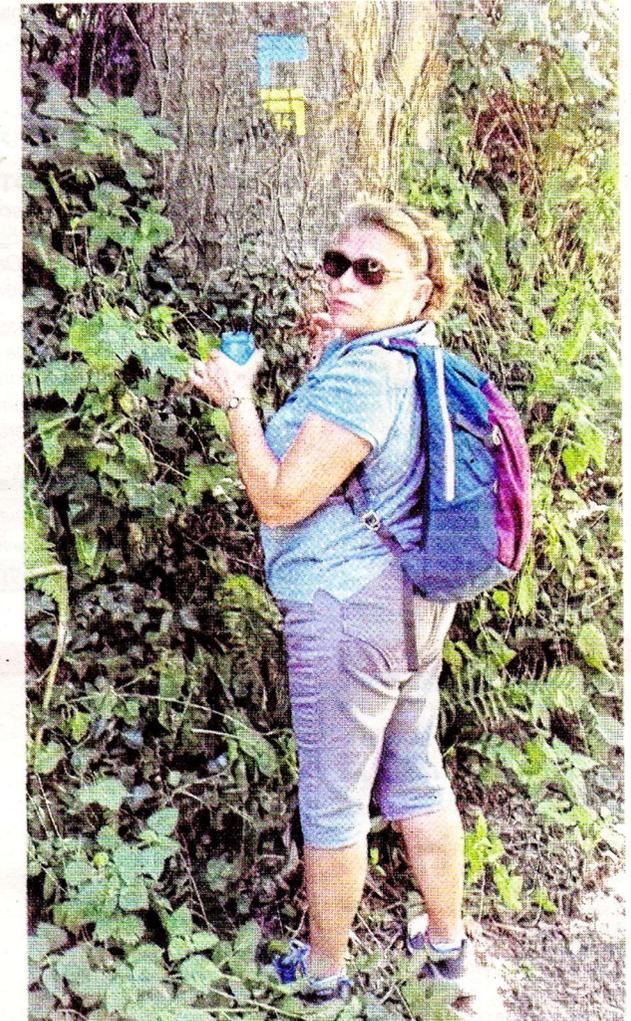
VINDEFONTAINE. Randonneurs des Marais

Faire et défaire, c'est toujours travailler

LES RANDONNEURS des marais étaient de nouveau sur le pont pour remettre en ordre le balisage défectueux des circuits pédestres autour de Vindefontaine.

« Deux boucles, l'une au départ des Moitiers et l'autre au départ de Vindefontaine, ont une partie commune et les deux étaient balisées en jaune. Il fallait être très vigilant pour ne pas commencer sur un parcours et poursuivre sur le second.

Après une visite sur place avec la Parc des Marais et le comité départemental de randonnée, la décision de baliser en bleu celui de Vindefontaine a été prise et nous sommes ici pour changer la couleur des marques. » Guy Lempérière ajoute mi-amusé, mi-consterné : « Quand nous avons balisé celui de Vindefontaine, nous avions prévu de le faire en bleu. L'office du tourisme nous avait dit qu'il devait être en jaune. On recommence tout avec la participation financière de la CCBDC qui nous a accordé une subvention de 100 €. » Pinceaux en main, les bénévoles de l'association ont repeint les marquages en bleu pour éviter au randonneur un peu distrait de se retrouver à la mairie de Vindefontaine à quatre kilomètres de son véhicule stationné aux Moitiers-en-Bauptois.



→ Les deux circuits de randonnée sont maintenant nettement différenciés.

REPONSE AU QUIZZ DU RANDONNEUR

Barfleur Carteret Granville Mont Saint Michel

En suivant le balisage trouvez la ville de destination du petit bonhomme randonneur

designed by freepik

Départ :