

# Rando

50  . mag

N° 04 - décembre 2019

Sommaire :

PAGE 3

## L'ACTUALITE DU COMITE

- Nos rendez-vous
- Appel aux bénévoles
- Retour sur le TOUS A PIED 2019

PAGE 6

## SENTIERS ET ITINERAIRES

- Idée rando
- Inauguration des plaques informatives GR® au Mont St Michel
- Zéro déchet sur mon sentier

PAGE 8

## FORMATION

- Bilan des formations 2019
- Vos formations 2020

PAGE 10

## VIE ASSOCIATIVE ET TOURISME

- Carnet rando
- Recommandations en période de chasse
- Randonneur mycologue ?
- 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

© Antoine Chapron « l'Abbaye d'Hambye »



## « Le mot du Président »



Cette année 2019 se termine marquée principalement par deux évènements importants pour notre Comité.

En juin a eu lieu l'inauguration de plaques signalétiques des GR® 223 et GR® 22 au départ du Mont Saint-Michel de part et d'autre du Couesnon.

En septembre, s'est déroulée la journée Rando Tous à pied autour du patrimoine de Saint Sauveur-Le-Vicomte. Malgré la pluie du dimanche matin, qui a peut-être freiné l'envie de venir nombreux, je tenais à remercier encore tous les bénévoles qui ont œuvré à la préparation et réalisation de cette journée.

Cette journée Rando du Patrimoine va être reconduite l'année prochaine.

Le Comité Départemental, représentant de la FFRandonnée dans votre département, est votre interlocuteur privilégié. Afin d'assurer ses nombreuses missions de balisage, d'encadrement et bien d'autres, nous avons besoin de votre participation, en nous rejoignant (voir article en page 4).

Tous les membres du Comité vous souhaitent un bon Noël et de bonnes fêtes de fin d'année et vous donnent rendez-vous en 2020 pour de nouvelles aventures sur nos beaux sentiers.

**Bonnes fêtes de fin d'année  
et meilleurs vœux pour 2020.**



*Etienne Amourette*



Comme Antoine Chapron (membre de la com. sentiers) : auteur de la photo de couverture de ce numéro, adressez-nous vos plus belles photos de paysages ou de curiosités naturelles découverts lors de vos randonnées. Pour chaque photo retenue, son auteur 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.



Participez nombreux et envoyez-nous vos plus belles photos de rando à l'adresse du comité : [manche@ffrandonnee.fr](mailto: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 avant publication.

## NOS RENDEZ-VOUS 2020

### FEVRIER



**15 février :**

Assemblée Générale  
du CDRP 50 à Marigny

### MARS

- ✓ 7 mars : Assemblée Générale du Comité Régional Normandie à Houlgate
- ✓ 11 mars : Rencontre USEP à Hambye
- ✓ 19/20 mars : Stage de balisage à Torigni les Villes
- ✓ 28 mars : Rassemblement des baliseurs à Marigny

### AVRIL

- ✓ 30 avril au 3 mai : Séjour Presqu'île du Cotentin

### MAI

- ✓ 17 mai : Rando coccinelle à Marigny (dernière édition).
- ✓ 20 au 24 mai : Fête de la nature - opération de collecte déchets

### JUIN

- ✓ 4 au 7 juin : Rando Baie

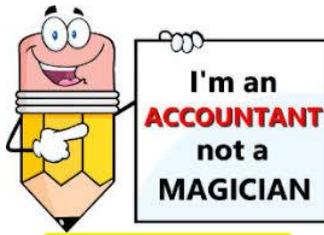
### SEPTEMBRE

- ✓ 20 septembre : Journée de la randonnée et patrimoine « Tous à pied » à St Sauveur le Vicomte

### OCTOBRE

- ✓ 4 octobre : Fête de la randonnée de Saint-Lô Agglo
- ✓ 15,16,17 octobre : Congrès Fédéral du Grand Ouest à Sarzeau

Randonneuse, randonneur,



Vous avez  
la passion  
de la Rando !



Vous avez envie  
de partager vos  
compétences !



Vous avez  
un peu de temps  
à offrir !

## Rejoignez-nous

« vous aussi venez apporter votre pierre à l'édifice »

Rejoignez-nous au sein des 4 commissions :

> *Sentiers et itinéraires* : pour la sauvegarde, l'amélioration, l'entretien, le balisage et la promotion du patrimoine d'itinéraires de la Manche.

> *Pratique et adhésion* : pour accompagner les clubs dans leurs projets de diversification des pratiques et dans l'accueil de nouveaux publics.

> *Formation* : pour former et faciliter l'accès à la formation du plus grand nombre, pour sécuriser et encadrer la pratique.

> *Vie associative et Tourisme* : pour animer, encadrer des randonnées, renforcer le lien social et l'esprit fédérateur.

Si cette aventure vous tente.! Contactez-nous au plus vite  
au 02 33 55 34 30 ou sur [manche@ffrandonnee.fr](mailto:manche@ffrandonnee.fr)



***URGENT : Nous avons besoin de 2 personnes  
Un(e) comptable et un(e) secrétaire du comité***



# RETOUR SUR LA RANDO PATRIMOINE

Ce tous à pied nouvelle formule autour du patrimoine bâti et naturel a fait mouche. 230 participants venus des 4 coins de la Normandie ont arpenté le bocage du pays de l'Ouve pour y découvrir quelques trésors cachés et ce malgré une belle douche écossaise en début de matinée.



Pour élaborer le programme de la journée constitué de 5 circuits différents, le comité avait fait appel en amont aux associations affiliées FFRandonnée Manche afin qu'elles apportent leur soutien et leur aide en bonnes volontés, sans lesquels un tel évènement ne pourrait avoir lieu. Un très grand merci aux 45 bénévoles mobilisés

Par ailleurs, notre partenariat avec le Pays d'Art et d'Histoire « le clos du Cotentin » de Valognes nous a permis d'offrir aux participants 2 randonnées agrémentées de commentaires historiques. Un grand merci à Stéphane Watrin, guide conférencier, qui nous a captivé tout au long de la randonnée des 5 châteaux sans oublier Michel Durand qui a commenté la randonnée Au fil de l'Ouve et des marais.

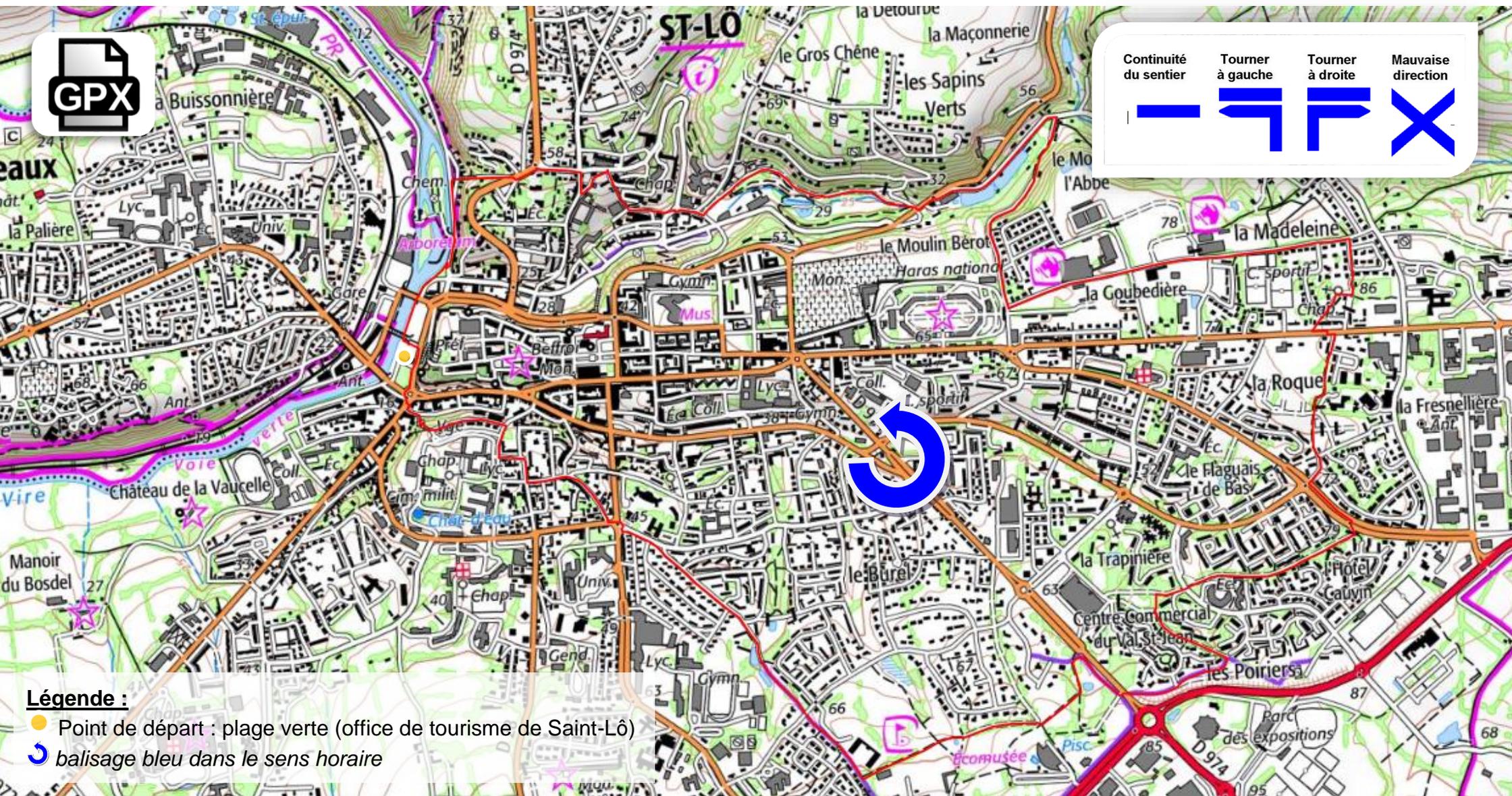
Enthousiasmé par l'idée Rando et Patrimoine, le CDRP50 a souhaité renouveler Le TOUS A PIED 2020 au départ de l'abbaye de Saint Sauveur le Vicomte. Le programme vous sera communiqué à l'AG du comité et dans le prochain numéro

**Rendez-vous le 20 septembre 2020  
pour cette belle fête de la randonnée !**



# NOTRE IDEE RANDO

Dans ce numéro, nous vous proposons de faire une petite balade [au cœur de Saint-Lô](#) au gré des ruelles, parcs et jardins (10 km/2h45). A découvrir en chemin la promenade des remparts, le musée du Bocage Normand installé dans le corps de la Ferme du Bois Jugan (XIX<sup>e</sup> siècle) qui retrace l'histoire de l'agriculture dans le paysage typique de la Normandie, La Chapelle de la Madeleine située juste à côté du Haras National, magnifique ensemble architectural de la fin du XIX<sup>e</sup> siècle, le Vallon de la Dollée et l'Île Mosselman. *Ce circuit est balisé par le comité dans le cadre du partenariat avec Saint-Lô Agglo pour la rénovation des 44 PR® communautaires (merci aux bénévoles engagés sur ce chantier)*



# LE MONT SAINT MICHEL UN CARREFOUR D'ITINERAIRES GR®

Pendant des siècles le Mont Saint-Michel a été un but à atteindre pour les pèlerins ou une étape importante sur la route de Saint-Jacques de Compostelle. Durant la deuxième moitié du XX<sup>ème</sup> siècle, ce sont les créateurs des Grands itinéraires de Randonnée pédestre (GR®) de la Fédération Française de Randonnée qui en firent, avec le souci de lutter contre la disparition des chemins ruraux, un but à atteindre. C'est ainsi que quatre GR® nationaux aboutissent ou commencent en ce lieu grandiose. L'ensemble du site du Mont Saint-Michel, véritable carrefour d'itinéraires de Grande Randonnée, a fait l'objet de grands travaux d'aménagement qui offrent aux randonneurs une belle approche finale de ce site.



Pour le développement de la randonnée itinérante et selon les engagements de nos partenaires (le Syndicat Mixte de la Baie, le Conseil Départemental à travers son agence d'Attractivité Latitude Manche, la Communauté d'Agglomération Mont-Saint-Michel Normandie) la volonté est de mieux accueillir et orienter les amateurs de longues marches. **L'inauguration le 29 juin de deux tables de présentation de ces itinéraires de Grande Randonnée normands et bretons convergeant vers le Mont-Saint-Michel a permis de concrétiser cette volonté.**



## OPERATION ZERO DECHET SUR MON SENTIER

Cette année nos actions et participations se sont portées d'une part sur le nettoyage du havre de Surveillance organisé par la D.D.T.M. et l'association AVRIL (27 mars) et d'autre part dans le havre de la Sienne avec la participation de trois associations d'aide à la réinsertion, des baliseurs de Dunes et Bocages, et le soutien technique de la C.M.B (23 mai).



**Le CDRP50 ses bénévoles vous donnent rendez-vous du 20 mai au 24 mai 2020 pour l'opération zéro déchet sur mon sentier.**

--- Une semaine pour agir ensemble ---

# 78 PERSONNES FORMEES EN 2019 !

A la suite du sondage réalisé auprès des clubs, le CDRP50 a organisé plusieurs journées de formation pour répondre aux besoins formulés par les président(e)s et randonneurs.

## Petit retour en images sur les formations 2019

### Formation au Balisage d'Itinéraires de randonnée

à Marigny 8 et 9 mars et à Quettehou 15 mai et 17 mai 2019.

21 futurs baliseurs découvrent la charte et les techniques de balisage



### Formation encadrement & sécurité de groupe

à Marigny le 16 mai 2019 avec la participation de 7 randonneurs



Thèmes abordés : les devoirs du piéton, le rappel du code de la route, les consignes de sécurité, la gestion et l'animation de groupe.

### Pratiquer la Randonnée

à Condé sur Vire le 9 novembre

Découverte, orientation & lecture carte avec la participation de 11 randonneurs. Découverte en salle de la lecture et interprétation d'une carte IGN à l'échelle 1/25000 puis liaison carte/terrain



**Vous êtes président de club, animateur ou randonneur, vous participez à l'encadrement et à l'animation des randonnées au sein de votre association... A ce titre, vous souhaitez vous informer, vous perfectionner, et /ou vous former, voici, ci-dessous, le détail des formations que nous vous proposons dans le département de la Manche.**

**Lecture de paysage**

Appréhender les différentes lectures de paysage pour percevoir autrement l'histoire et l'environnement qui nous entoure

**Logiciel de cartographie**

Utiliser efficacement les logiciels de cartographie pour préparer et partager ses randonnées

**GPS**

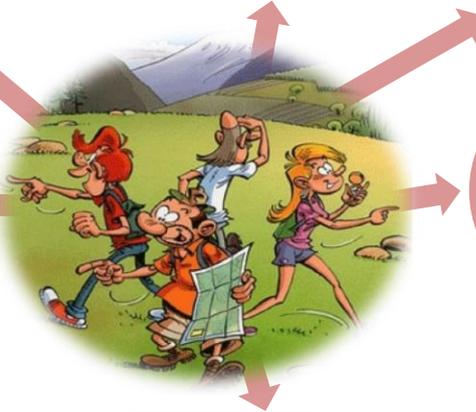
Utiliser simplement et efficacement les principales fonctions pour s'orienter et naviguer sans repère.

**Balisage**

S'initier aux techniques du balisage et à sa réglementation

**Orientation & lecture carte**

Acquérir les connaissances sur la lecture de carte et l'orientation en randonnée.



**Sécurité & encadrement**

Acquérir les connaissances de la gestion de groupe et des règles de sécurité en randonnées.



Faites-nous remonter vos besoins 2020, en complétant et retournant ce formulaire à [manche@ffrandonnee.fr](mailto:manche@ffrandonnee.fr)

Club : \_\_\_\_\_

Nom : \_\_\_\_\_

Mail : \_\_\_\_\_

Les besoins de mon club portent sur :

	Nb de personnes intéressées	Période à privilégier
Le maniement & utilisation du GPS		
Le maniement & utilisation de logiciel de cartographie		
L'orientation & lecture carte		
La sécurité & encadrement		
Les responsabilités & assurances		
Le Balisage des itinéraires		
La lecture de paysage		
L'initiation marche nordique		
L'initiation marche aquatique		
La gestion des licences		
Autres (précisez) :		

# CALENDRIER DES FORMATIONS REGIONALES 2020

## Filière randonneur : pour découvrir, se remettre à niveau ou se perfectionner

Formations	Lieux	Dates
Pratiquer Longe-Côte /Marche-Aquatique	<a href="#">Colleville-Montgomery (14)</a>	Dimanche 5 avril
Pratiquer Marche Nordique	<a href="#">Houlgate (14)</a>	Samedi 21 mars
Pratiquer Rando Découverte	<a href="#">Vernon (27)</a>	Samedi 7 mars
Pratiquer Rando Découverte	<a href="#">Fermanville (50)</a>	Samedi 25 avril
Pratiquer Rando Perfectionnement	<a href="#">Houlgate (14)</a>	Samedi 6 juin
Pratiquer GPS	Houlgate (14)	Samedi 28 mars

## Filière animateur : pour animer, encadrer et sécuriser la pratique en groupes

Formations	Lieux	Dates
Tronc commun au 	Vernon (27)	Samedi 1 février
	Houlgate (14)	Dimanche 22 mars
	Houlgate (14)	Samedi 12 septembre
 Brevet Fédéral Animateur Marche Nordique	<a href="#">Petit-Couronne (76)</a>	13 au 14 juin (Stage initial) 10 au 11 octobre (Stage final)
 Brevet Fédéral Animateur Longe-Côte /Marche-Aquatique	<a href="#">Asnelles (14)</a> <a href="#">Ouistreham (14)</a>	13 et 14 juin (Stage initial) 26 et 27 septembre (Stage final)
 Certificat d'Animateur de Randonnée de Proximité	<a href="#">Petit-Couronne (76)</a>	Samedi 4 avril
	<a href="#">Fermanville (50)</a>	Samedi 7 novembre
 Brevet Fédéral d'Animateur de Randonnée	<a href="#">Houlgate (14)</a>	26 au 27 septembre 2020 (Stage initial) 23 au 24 janvier 2021(Stage final)
 Sport Santé	A définir	A définir (novembre 2020)

Pour connaître les modalités d'inscriptions et les contenus des formations rendez-vous sur le site [fédéral de la formation.](#)

**Vous revenez de rando ? Que ce soit d'un séjour, ou d'une randonnée à la journée, PARTAGEZ vos coups de cœur, partagez vos impressions et vos conseils avec la communauté FFRandonnée Manche.**

Il faut bien se lancer pour ce 1<sup>er</sup> carnet, j'ai choisi de partager avec vous ma journée du 24 septembre « au paradis des cigognes ». Niché au cœur des marais du Cotentin la petite bourgade de Saint Fromond, située au nord du pays saint-lois, à 15 km au nord de Saint-Lô et à 4 km au sud-est de Saint-Jean-de-Daye, est l'un des rares sites où l'on peut observer des cigognes toute l'année.



Etang du Canivet

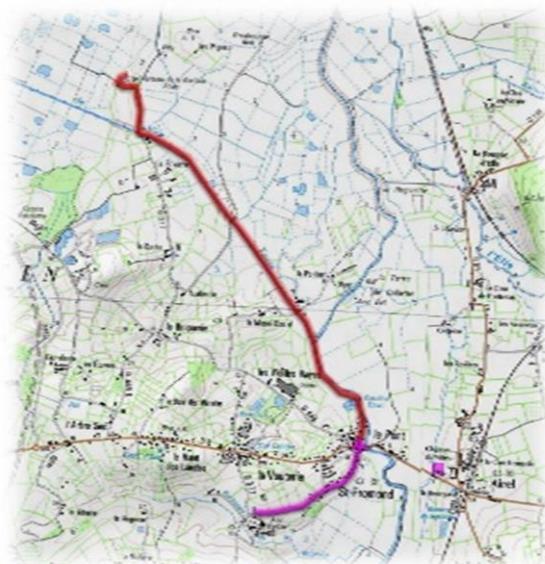


Notre rendez-vous du matin est fixé au Pont de St Fromond d'où nous partons en co-voiturage en direction d'Airel pour rejoindre le parking de Canivet ; point de départ de notre 1<sup>ère</sup> randonnée de la journée (boucle de 8,2 km). Nous partons pour une belle balade bucolique dans la vallée de l'Elle et suivons la rive droite vers Moon-sur-Elle (prononcer MON-sur-Elle) ; à la croix de Moon, nous continuons vers la Castellerie puis, changeant de rive, nous revenons vers la Briqueterie.



Lavoir de Moon sur Elle

Après un pique-nique au pont de Saint Fromond, nous reprenons notre marche de l'après-midi en suivant le chemin de halage le long du canal de Vire et Taute. Notre objectif est d'atteindre les vestiges du château de la rivière (XI<sup>e</sup> siècle) ou encore appelé « le château aux cigognes » puisque sur ce site, on compte une vingtaine de nids, occupés par deux populations : les plus jeunes, qui font encore une migration, et les plus âgées qui ont trouvé sur place, grâce au centre d'enfouissement et au climat doux, des conditions idéales toute l'année. (7,2 km AR le long du canal de la Taute). De retour au Pont, nous finissons la journée par la visite de l'abbatiale de Saint Fromond, superbe et à voir absolument ! (2 km AR)





*Halage du canal de Vire et Taute*



*« le château aux cigognes »*



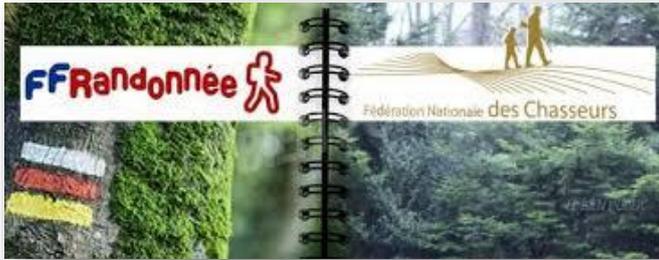
*Abbatiale de Saint-Fromond*



Claudie Runavot pour Les marcheurs de la Sinope (24/09/2019)

**Vous aussi PARTAGEZ VOTRE CARNET**

 Envoyer



Les randonneurs partagent un même territoire avec les chasseurs comme avec les cavaliers, les cyclos... Tous ont la même légitimité dans l'espace naturel, il faut donc trouver un modus vivendi qui permette la pratique de chacun.

Voici ce que recommandent les chasseurs aux autres usagers de l'espace naturel dont les randonneurs :

- **Quel comportement à avoir face au chasseur ?**

Un comportement normal. Il suffit de respecter sa pratique, il respectera la vôtre.

- **Comment respecter le chasseur ?**

En vous faisant connaître auprès de lui sans aucune agressivité. Il vous indiquera ce qu'il faut faire : **silence, respecter une distance, faire un détour...** pour vous assurer un maximum de sécurité sans pour autant le gêner et vous empêcher de passer et de faire votre randonnée. Vous pouvez discuter avec les chasseurs.

- **Conduite à tenir en traversant une battue.**

En faisant une randonnée, vous pouvez vous trouver face à une battue. **S'il y a des panneaux temporaires placés en travers du chemin, respectez-les.**

- **Sinon :**

1/ Prenez contact avec le premier chasseur posté pour connaître l'étendue du territoire chassé et la situation en cours (le gibier est-il levé ?)

2/ **Regroupez les randonneurs pour traverser ensemble sur le chemin**, sans bruit ni agitation inutile. Evitez le casse-croûte au milieu de la battue !

3/ Apprenez à faire la différence entre situation de battue et action de chasse proprement dite, quand les chiens aboient, par exemple. Dans ce cas il vaut mieux s'arrêter et attendre que l'action s'éloigne, ce qui est généralement très rapide.

**Dans tous les cas, soyez visibles de loin :** dans les groupes, beaucoup d'animateurs et de serre-file portent un gilet jaune, vivement recommandé aussi pour les pratiques individuelles.

**Vous pouvez vous informer des dates des battues auprès des sociétés de chasse de la région que vous allez traverser. [www.chasseurdefrance.com](http://www.chasseurdefrance.com)**

**Pour info :** La période d'ouverture générale de la chasse à tir et de la chasse au vol est fixée pour le département de la Manche **du 22 septembre 2019 au 29 février 2010 inclus.** (Cf. Préfecture de la Manche)

# ETES-VOUS UN RANDONNEUR MYCOLOGUE ?

**Nous avons connu un automne précoce en cette année 2019 mais l'un des plaisirs associés aux randonnées d'automne est celui de découvrir tous ces champignons aux chapeaux parfois surprenants par leur forme, leur couleur voire leur taille... Mais, au fait, les connaissez-vous ? Nous vous proposons ce petit Quizz :**

**1** Toxique quand il est consommé cru ou insuffisamment cuit, on le retrouve souvent dans une bouchée à la reine aux ris de veau, s'agit-il de :



Coulemelle / Mousseron / Morille

**2** Autrement appelé « coucoune » en Provence, ce champignon doit son qualificatif au fait qu'il avait été un mets de choix à la table des empereurs romains, s'agit-il de :



Oronge / Amanite Caligula / Coprin des Césars

**3** Ce champignon doit son nom à la période à laquelle il est ramassé, s'agit-il de :



Cèpe d'été / Trompette de la mort / Agaric champêtre

**4** Ce champignon est reconnaissable à son chapeau de 10 à 15 cm de diamètre, blanchâtre à crème et couvert de squames plus foncées facilement détachables, s'agit-il de :



Amanite vireuse / Bolet satan / Lépiote fuligineuse

Les bonnes réponses :

**1 Morille** : Au printemps 1945, on en trouvait un grand nombre sur les plages du débarquement, cratères et trous d'obus faisant un terrain propice à leur croissance

**3 Trompette de la mort** : Également appelé « corne d'abondance », il doit son nom à la période à laquelle il apparaît soit à la Toussaint (fête des morts). Mesurant près de 10 cm, en forme d'entonnoir, c'est un excellent comestible.

**2 Oronge ou amanite des Césars** : Excellent champignon comestible qui peut se manger cuit ou cru : grillé au four quelques minutes, avec un peu de sel, un filet de citron et d'huile d'olive.

**4 Lépiote** : On distingue 2 groupes de lépiotes : les grandes et les petites. C'est parmi les lépiotes que se trouvent les espèces les plus vénéneuses et mortelles et il est souvent difficile de les différencier entre elles. Il est donc impératif de ne jamais cueillir des lépiotes dont la taille à maturité est inférieure à 10 cm.

**RANDONNÉE.** Des milliers de marcheurs sillonnent notre littoral

## Le sentier des douaniers, une aventure bien balisée

**DEUX RECTANGLES** blanc et rouge superposés ? Pas de doute, vous êtes sur un sentier de grande randonnée. Tronçon du célèbre sentier des douaniers, le GR223 s'étend sur 446 km, de la baie des Veys au Mont-Saint-Michel.

Chaque été, marcheurs amateurs et sportifs aguerris se croisent sur le sentier. Pas moins de 300 000 passages sont par exemple comptabilisés au nez de Jobourg ! Des milliers de petits fûtés qui savent qu'ils profiteront, sur notre littoral, de paysages aussi somptueux que variés, dans une douce atmosphère iodée.

**2 600 kilomètres de sentiers dans la Manche**

Sur cet immense terrain de jeu : falaises, landes, longues plages de sable fin, villages pittoresques, horizon bleuté... Parmi les inimitables, le cap Lévi, Goury, la baie d'Écalgrain ou Jobourg. Mais à vrai dire, il faudrait tous les citer.

L'un des autres atouts de ce sentier, c'est qu'il est presque impossible de s'y perdre, grâce à nos fameux rectangles de couleurs. En amont, dans la Manche, pas moins de 160 baliseurs, des bénévoles mandatés par la fédération fran-

çaise de randonnée, ont en effet préparé le terrain.

Un marquage chronophage, mais tellement important, dans un département qui compte au total 2 600 km de sentiers.

### Visible, mais discret !

Le balisage ne doit rien au hasard. Les normes sont draconniennes : peinture spécifique, dimension des signes, nature des supports autorisés...

C'est surtout l'emplacement des marquages qui demande l'attention les baliseurs. Lors des formations et stages organisés par la fédération, ils apprennent donc à analyser le terrain. La marque doit être à la fois visible et discrète, tomber sous l'œil du randonneur et venir le rassurer sur des sentiers peu intuitifs, comme en forêt par exemple.

D'ordinaire, l'itinéraire serappelle au marcheur tous les 150 mètres, donc toutes les trois minutes à un rythme moyen de marche, mais davantage en cas de risque d'erreur. La responsabilité est grande : envers les randonneurs, qui n'ont souvent ni carte ni topoguide, mais aussi envers le paysage.

C'est bien le respect des lieux qui prévaut. D'ailleurs, en plus d'assurer la qualité et la fiabilité des chemins, les baliseurs contribuent à leur conserva-



→ Sur le GR 223, des indications de direction sont peintes par les baliseurs tous les 150 mètres environ.

tion. Pour chaque indication de direction, il s'agit donc de préparer le support puis de peindre au pochoir, une couche puis une seconde, mais également d'élaguer la végétation alentour pour s'assurer que la marque reste bien visible et le chemin praticable. L'entretien commence en

mars, afin que les sentiers soient prêts pour l'arrivée des vacanciers. Au rythme de 3 ou 4 km par jour, il ne faut pas compter ses heures !

► Pour devenir baliseur, contacter le CRDP 50 au 02 33 44 34 30

Lisa VILLY

## Grand nettoyage des chemins



Plusieurs associations et club de randonnée ont participé au nettoyage du GR 223, organisé le jeudi 23 mai, dans le cadre de la "semaine nature" par le comité départemental de la randonnée pédestre.

### ORVAL

Dans le cadre de la "semaine nature", le Comité Départemental de Randonnée Pédestre de la Manche (CRDP 50) organisait une opération nettoyage du GR 223 le jeudi 23 mai. Un ramassage de toutes sortes de déchets, principalement plastiques.

En partenariat avec l'association de réinsertion AFER, le Groupe d'entraide mutuelle, ARRIMAGE de Coutances, et les services techniques de la communauté de communes Coutances Mer et Bocage,

une cinquantaine de personnes a participé à cette opération, au départ du Pont de la Roque en direction de la pointe d'Agon. De nombreux adhérents de clubs de randonnée, principalement de celui de Gouville ont grossi le groupe de ramasseurs.

Le responsable du secteur, Antoine Chapron et le président de la commission sentier du CRDP 50 ont rappelé que la fédération entretenait 2 300 km de sentiers (sentiers de Grande Randonnée et 51 autres petits circuits) dans le

département et réalisait les topos guides "Tour du Cotentin" et "La Manche à pied".

François Dudouit, référent littoral à la Direction départementale du territoire et de la mer (DDTM,) suivait cette intervention et rappelait l'importance de ramasser les débris avec prudence, notamment dans la laisse de mer où les gravellots à collier interrompu font leurs nids et pondent leurs oeufs, principalement de mai à fin août. Il conseillait aussi de tenir les chiens en laisse sur la plage.

## Le Mont-Saint-Michel

Deux plaques de randonnée ont été inaugurées



Les élus et membres de la Fédération française de randonnées et du comité départemental de randonnée pédestre de la Manche.

CRÉDIT PHOTO : OUEST-FRANCE

Tout un symbole. Des plaques sont installées depuis hier, de part et autre du Couesnon, au Mont-Saint-Michel. L'une représentant les itinéraires Grande randonnée (GR) normands, et sur la seconde les GR bretons. « Une absence de signalisation regrettée pendant des années », rappelle Étienne Amourette, président du comité de randonnée de la Manche.

La Merveille réunit en effet quatre GR de la Normandie à la Bretagne : le GR 223 qui, avec le GR 21 du Tréport jusqu'au Havre, forment le Littoral de Normandie sur 787 km ; le GR 34 qui propose depuis le Mont un départ

vers l'ensemble des côtes bretonnes sur plus de 2 000 kilomètres et le GR 39 qui va vers Guérande.

« Il est important de s'affranchir des limites administratives », déclare Martine Lemoine, conseillère départementale de la Manche. **Le Mont-Saint-Michel accueille les randonneurs culturels, cultuels, sportifs et ceux qui souhaitent se ressourcer. C'est exactement là qu'il fallait avoir cet outil** ». Une trentaine de personnes et des membres des comités de randonnées de toute la Normandie et de la Bretagne étaient présents.

Narjisse EL GOURARI.