



## MARS 2018

**DIMANCHE 04/03** **REGION DE CLEMENCY – 18 km environ.**  
*Repas tiré du sac en cours de chemin.*  
*Rendez-vous : 8 h 30 Place Victor Zaffagni à Herserange.*  
*Responsable : P.GILLARDIN Tél. 06 83 99 40 39*

**DIMANCHE 11 / 03** **MARCHE «Destination surprise» de la journée, de 18 km, à allure normale.**  
*Repas tiré du sac en cours de chemin.*  
*Rendez-vous : 9 h 00 Place Victor Zaffagni à Herserange.*  
*Responsable : Y.GORI Tél. 03 82 24 73 85 / 06 12 52 78 37*

**SAMEDI 24/03** **GRANDE MARCHÉ** *Responsable : G.MULLER Tél. 03 82 23 25 60 / 06 07 44 88 39*

## AVRIL 2018

### **REUNION PREPARATOIRE à ULTREÏA 18 AVEC LES BENEVOLES DISPONIBLES**

*LE 04 AVRIL 2018 à 18 H 00 au Centre Louis Lumière à HERSERANGE entrée par rue Ste Barbe.*

### **DIMANCHE 22 AVRIL 2018 : ULTREÏA 18** ***Marche Internationale pour Tous à MOULAINÉ*** ***Centre Aéré de la Ville de Herserange***

*5 Parcours vous seront proposés : 5 – 10 – 17 – 25 – 32 km. Faites de la publicité autour de vous !*

*Nous comptons sur la participation active de tous les adhérents. Chaque adhérent devrait, s'il n'a pas une mission particulière à remplir, effectuer un des 5 parcours.*

### **GRANDES RANDONNEES**

*Pour bons marcheurs, bien entraînés, bien équipés et en forme - 6 h 00 de marche environ à allure soutenue. Repas tiré du sac en chemin. Départ Place Victor Zaffagni à Herserange à 8 h 30. Déplacement vers le départ de la randonnée en voitures individuelles.*

**SAMEDI : 06 Janvier – 24 Février – 24 Mars**

*Responsable : G.MULLER*

*Tél. 03 82 23 25 60 / 06 07 44 88 39*

## SORTIES DU JEUDI

*Responsables de la marche des Lièvres chaque jeudi : A contacter pour renseignements*

<b><u>JANVIER</u></b>	<b><u>FEVRIER</u></b>	<b><u>MARS</u></b>	<b><u>AVRIL</u></b>
<i>04/01 P.GILLARDIN</i>	<i>01/02 F.CARAMELLE</i>	<i>01/03 R.GRENEN</i>	<i>05/04 R.GRENEN</i>
<i>11/01 H.DESCHAMPS</i>	<i>08/02 Y.GORI</i>	<i>08/03 L.VEIT</i>	<i>12/04 P.GILLARDIN</i>
<i>18/01 G.FANELLO</i>	<i>15/02 G.FANELLO</i>	<i>15/03 G.FANELLO</i>	<i>19/04 G.FANELLO</i>
<i>25/01 R.GRENEN</i>	<i>22/02 P.POPELARD</i>	<i>22/03 L.VEIT</i>	<i>26/04 J.NASTASI</i>
		<i>29/03 H.DESCHAMPS</i>	

**Deux sorties vous sont proposées chaque Jeudi :**

**Départs : 13 h 30 Place V.Zaffagni à Herserange pour les lièvres et baladoux**  
**13 h 45 Parking base de plein air de Moulaine pour les baladoux**

*Durée de la 1ère sortie (Les Lièvres) : 3h00 environ en marchant à allure normale.  
Déplacement vers le départ en voitures individuelles. (Rando différente chaque semaine)*

*Une deuxième sortie (Les Baladoux) de 2h30/3H00 environ, plus cool, vous est proposée le même jour, à la même heure. Déplacement vers le départ en voitures individuelles. (Rando dans la forêt de Selomont mais parcours différent chaque semaine)*

**Si la Place V.Zaffagni est occupée, RV au parking situé au bout de l'Avenue d'Huart derrière l'ancien magasin Mariotti. Le 3<sup>ème</sup> Jeudi du mois, les 2 groupes partent ensemble de Moulaine ce qui permet aux participants des 2 groupes de faire connaissance.**

<b>DATES à RETENIR</b>
------------------------

- 07 Janvier : Marche et Galette des Rois à Moulaine.
- 09 Février : Assemblée Générale 2018 à Herserange.
- 17-18 Février : Week-end Raquettes ou Marche au Mont-Ste Odile et Champ du feu.
- 22 Avril : Notre marche internationale ULTREÏA 18 à Moulaine.
- 28 Avril : Excursion à Anvers.
- Mai : Marche de Globe Voyages
- 12-13-14 Mai : Week-end Côte d'Opale – Caps Gris Nez-Blanc Nez-Lille. A l'étude.
- 22 au 29 Mai : Séjour de randos-découvertes au Lac d'Annecy – Saint Jorioz.
- 30/06 et 01/07 : Week-end à Paris.
- 06 Septembre : Excursion à Monthermé.
- 11 au 18/ 09 : Circuit touristique Pays Baltes –Saint-Pétersbourg.
- 19 au 26/08 : Séjour de randonnées à Bessans – Haute Maurienne – Vanoise.

<p><i>Le Président et l'ensemble du Conseil d'Administration vous souhaitent de Bonnes Fêtes de fin d'année et une Bonne et heureuse Année 2018, qu'elle vous apporte ainsi qu'à vos familles : Joie, Bonheur et surtout une bonne Santé qui vous permette de faire de belles marches et découvertes avec H.N.P.A. dans l'Amitié, la Convivialité, sans aucun esprit de compétition. Prompt rétablissement à tous ceux qui ont actuellement des soucis de santé, qu'ils puissent bien vite nous rejoindre sur les sentiers.</i></p> <p style="text-align: right;"><i>Amitiés à tous.</i></p>
--

*Poursuivant leur découverte des régions de France, 53 marcheurs d' H.N.P.A. ont passé, fin septembre, une semaine ensoleillée sur la Côte vermeille à Port-Vendres. Ils ont parcouru le magnifique, mais quelques fois difficile, sentier du Littoral qui leur a fait découvrir de très beaux paysages à partir de la plage de l'Ouille, la belle ville de Collioure, Port-Vendres, le Cap Béar, l'anse de Paulilles, Banyuls-sur-Mer, le Cap Rederis, la plage de Peyrefitte, le Cap Canadell et Cerbère. Ils n'ont pas manqué non plus d'arpenter les coteaux couverts de vignes en terrasses qui donnent les vins très connus de Collioure et Banyuls. Une visite de cave et une dégustation ont fait mieux connaître ces vins aux marcheurs, heureusement qu'il n'y avait pas de marches de programmées après cette dégustation ! Mais Banyuls est aussi la ville natale d'un grand artiste sculpteur, Aristide Maillol, dont une partie des œuvres sont exposées au Musée Maillol que le groupe a visité ainsi que les pittoresques ruelles fleuries de la vieille ville.*

*La mer était tellement belle et attirante que le groupe n'a pu résister à une croisière sur un grand catamaran pouvant recevoir 90 passagers. Celle-ci , de Port-Vendres à Portbou, aller retour, leur a permis d'avoir un autre regard sur la côte et d'apercevoir le sentier du Littoral qu'ils avaient parcouru précédemment à pied. Le beau temps étant de la partie, une bonne partie de la navigation s'est faite sous voiles, moteurs coupés, à la grande satisfaction des marins d'un jour.*

*Une première incursion en Espagne a conduit, au milieu de beaux paysages et d'une végétation méditerranéenne, les marcheurs au célèbre Cap Creus à partir de Cadaquès-Portilligat. Une deuxième incursion à Figueres au Musée Théâtre DALI présentant un large éventail d'œuvres décrivant la trajectoire artistique du peintre, considéré comme un des principaux représentants du surréalisme, l'ensemble baignant dans une ambiance créée par Dali, a surpris et interpellé nos visiteurs.*

*Pour terminer la semaine les marcheurs ont pris le Petit Train Jaune qui les a conduits de Villefranche-de-Conflent à Mont-Louis, citadelle construite par Vauban. Une visite guidée du Four solaire de Mont-Louis (Le Feu du Ciel apprivoisé) a fortement intéressé les marcheurs d'autant plus que les expériences faites sur place par le guide ont démontré que la concentration des rayons solaires en un point pouvait permettre d'approcher de très hautes températures auxquelles ne résiste aucun matériau.*

*C'est la tête remplie de beaux paysages, de belles découvertes, de senteurs méditerranéennes et de bons souvenirs que les marcheurs ont regagné le Pays-Haut.*