

**PROGRAMME D'ACTIVITES DE HERSERANGE NATURE PLEIN AIR
1^{er} TRIMESTRE 2019**

JANVIER 2019

DIMANCHE 06/01 MOULAINNE - Forêt de SELOMONT – 8/9 km environ.

*A la suite de la promenade, dégustation de la galette des Rois offerte par Herserange Nature Plein Air au centre aéré de la Ville de Herserange.
Rendez-vous : 14 h 00 Moulaine Centre Aéré de la Ville de Herserange.
Responsable : L.VEIT Tél. 03 82 23 74 57*

DIMANCHE 13/01 MARCHE « SURPRISE » de 18 km environ.

*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 19/01 GRANDE MARCHE Responsable : G.MULLER Tél. 03 82 23 25 60 / 06 07 44 88 39

DIMANCHE 20/01 MARCHE POPULAIRE à GARNICH (G.D.Lux.) - 6 et 12 km au choix.

*Rendez-vous : 9 h 00 Place Victor Zaffagni à Herserange.
Responsable : M.COLETTA Tél. 03 82 24 85 97*

DIMANCHE 27/01 MARCHE POPULAIRE à GASPERICH (G.D.Lux.) – 6 et 12 km. au choix.

*Repas tiré du sac en cours de chemin ou petite restauration à l'arrivée.
Rendez-vous : 8 h 30 Gare de Pétange – Prévoir 4 € pour train.
Responsable : L.VEIT Tél. 03 82 23 74 57*

FEVRIER 2019

DIMANCHE 03/02 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 de la Mairie de Herserange.
Responsable : Y.GORI Tél. 03 82 24 73 85 / 06 12 52 78 37*

VENDREDI 08/02 39^{ème} ASSEMBLEE GENERALE de H.N.P.A. 39 ans de sentiers !
18 H 30 Salle des Fêtes de Herserange

DIMANCHE 10/02 REGION DE DUDELANGE – Marche populaire 6 et 12 km au choix.

*Repas tiré du sac ou petite restauration à l'arrivée.
Rendez-vous : 8 h 30 Gare de Pétange – Prévoir 4 € pour le train.
Responsable : L.VEIT Tél. 03 82 23 74 57*

DIMANCHE 17/02 REGION DE CONS-LA –GRANDVILLE-REHON

*Marche d'après-midi de 9 km environ.
Rendez-vous 13 h 30 Place Victor Zaffagni à Herserange et 13 h 45 Place de Réhon
Responsable : J-C.PLUSSE Tél.03 82 23 41 36*

SAMEDI 23/02 GRANDE MARCHE Responsable : G.MULLER Tél. 03 82 23 25 60 / 06 07 44 88 39

DIMANCHE 24/02 **MARCHE VAUBAN à LONGWY-HAUT – 6-12-18 km. Au choix.**
Petite restauration à l'arrivée ou repas tiré du sac en cours de chemin.
Rendez-vous : 8 h 30 Plaine des Jeux, en face de l'I.U.T. à Longwy-Haut.
Responsable : H.DESCHAMPS *Tél. 03 82 24 43 96*

W.END. 23-24/02 **WEEK-END RAQUETTES au MONT-SAINTE-ODILE et CHAMP DU FEU.**
Vous avez reçu le bulletin d'inscription. Il reste des places. Inscrivez-vous !

MARS 2019

DIMANCHE 03 /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*

DIMANCHE 10/03 **REGION DE ILLANGE – Marche populaire – 6 et 12 km au choix.**
Repas tiré du sac ou petite restauration à l'arrivée.
Rendez-vous : 9 h 00 Place Victor Zaffagni à Herserange.
Responsable : M.COLETTA *Tél. 03 82 24 85 97*

SAMEDI 16/03 **GRANDE MARCHE** *Responsable : G.MULLER* *Tél. 03 82 23 25 60 / 06 07 44 88 39*

DIMANCHE 17/03 **REGION DE DIFFERDANGE. Marche d'après-midi de 9 km environ.**
Rendez-vous : 13 h 30 Place Victor Zaffagni à Herserange.
Responsable : J-C.PLUSSE *Tél. 03 82 23 41 36*

DIMANCHE 24/03 **REGION DE ETTTELBRUCK – Marche populaire 6 et 12 km au choix.**
Repas tiré du sac ou petite restauration à l'arrivée.
Rendez-vous : 8 h 30 Gare de Pétange – Prévoir 4 € pour le train.
Responsable : L.VEIT *Tél. 03 82 23 74 57*

DIMANCHE 31/03 **REGION DE MORFONTAINE. Marche d'après-midi de 9 km environ.**
Rendez-vous : 13 h 30 Place Victor Zaffagni à Herserange.
Responsable : H.DESCHAMPS *Tél. 03 82 24 43 96*

AVRIL 2019

REUNION PREPARATOIRE à ULTREÏA 19 AVEC LES BENEVOLES DISPONIBLES

18 H 00 à la salle des Fêtes de Herserange à HERSERANGE rue de Paris.
La date vous sera communiquée dès que la disponibilité de la salle sera connue.

DIMANCHE 28 AVRIL 2019 - ULTREÏA 19

Marche Internationale pour Tous à MOULAINÉ

Départs du Centre Aéré de la Ville de Herserange

4 Parcours seront proposés : 5 – 10 – 20 – 30 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 4 parcours.

DIMANCHE 07/04 REGION DE LEUDELANGE – Marche populaire de 6 et 12 km. Au chaix.

Repas tiré du sac ou petite restauration à l'arrivée.

Rendez-vous : 8 h 30 Gare de Pétange. Prévoir 4 € pour train.

Responsable : L.VEIT

Tél. 03 82 23 74 57

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 : 19 Janvier – 23 Février – 16 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

<u>JANVIER</u>	<u>FEVRIER</u>	<u>MARS</u>	<u>AVRIL</u>
03/01 Y.GORI	07/02 C.DEVILLE	07/03 F.CARAMELLE	04/04 J.C.PLUSSE
10/01 L.VEIT	14/02 R.GRENEN	14/03 G.FANELLO	11/04 L.VEIT
17/01 J.NASTASI	21/02 P.POPELARD	21/03 M.NOTHUM	18/04 G.FANELLO
24/01 G.FANELLO	28/02 Y.GORI	28/03 R.GRENEN	25/04 J.NASTASI
31/01 R.GRENEN			

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 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, le rendez-vous se fera au parking situé au bout de l'Avenue d'Huart derrière la nouvelle pharmacie.

MARCHE NORDIQUE

Les Mardis à 14 h 00 aux Etangs de Lamadelaine (G.D.Lux.)

Les Samedis à 9 h 20 Parking Ferme rouge à Rodange (G.D.Lux)

Pas de marche nordique les jours de grande marche soit les 19/01 – 23/02 – 16-03.

Contact ; P.GILLARDIN Tél. 06 83 99 40 39

Metz illuminée

Le 8 décembre, 53 marcheurs (euses) ont participé à la 26^{ème} marche traditionnelle « Metz Illuminée ». 24 personnes du club de marche de Longlaville s'étaient jointes à la sortie. Le circuit leur a fait découvrir les différents marchés de Noël, les illuminations de rues et sites divers. Ils ont particulièrement apprécié le magnifique sentier des Lanternes aux personnages et motifs multicolores illuminés. Ce fut Noël avant l'heure !

BERNKASTEL

Le 15 décembre, 54 marcheurs (euses) de H.N.P.A. se sont rendus dans la jolie petite ville de Bernkastel en Allemagne dans la région de Rhénanie-Palatinat. Arrivés tôt dans la ville, beaucoup se sont rendus au château qui surplombe la ville d'où ils ont pu jouir d'une très belle vue sur la Moselle, la ville et les vignobles. Au retour alors que la nuit tombait, ils ont trouvé un véritable esprit de Noël en ville : illuminations, sapins décorés, belles façades à colombages, pyramide tournante, calendrier de l'Avent sur une façade, marchés de Noël odorants, vitrines scintillantes et décorées, chorale chantant des chants de Noël, orchestres de rue ... Ravis, les participants sont revenus les yeux pleins de belles images de Noël ... Mais la région mériterait sans doute d'y revenir pour une randonnée le long de la Moselle et dans les vignobles !

DATES à RETENIR

- 06 Janvier : Marche et Galette des Rois à Moulaine.
- 08 Février : Assemblée Générale 2019 à Herserange.
- 23-24 Février : Week-end Raquettes au Mont-Ste Odile et Champ du feu.
- 28 Avril : Notre marche internationale ULTREÏA 19 à Moulaine
- Mai : Marche de Globe Voyages
- 8 au 15 Mai : Circuit touristique en Irlande.
- 29 Mai au 06 Juin: Séjour de randos-découvertes à Sète.
- 04-05 Mai : Week-end à Paris.
- 10 au 17/08 : Séjour de randonnées à Argentièrre – Chamonix.

Le Président et l'ensemble du Conseil d'Administration vous souhaitent un Joyeux Noël, de Bonnes Fêtes de fin d'année et une Bonne et heureuse Année 2019, 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. Amitiés à tous.