

Association de Sauvegarde



Equiliberté

des Chemins de Randonneurs

Avec l'A.S.C.R. Evadez Vous Sans Vous Eloigner

# A S C R



## Association de sauvegarde des chemins de randonneurs



Journal trimestriel Avril 2013 N°66



## **Randonnées pédestres et équestres**

### **du 1er trimestre 2013**

14/01/2013 - L'ASCR sur les bords de Seine

17/02/2013 - L'ASCR fait son cassoulet à Gravenchon

10/03/2013 - Un après-midi au pays des bénédictins



# ACTIVITE 1er Trimestre 2013



L'hiver tarde à faire place au printemps, mais pour ceux qui ont laissé leurs chaussures aux placards ou leur monture à l'écurie durant ces derniers mois, le temps des balades est malgré tout maintenant revenu.

Vous avez été nombreux à participer à l'assemblée générale du 25 janvier. Cela montre la convivialité qui existe au sein de notre association. J'en profite pour souhaiter la bienvenue à nos amis de l'ACDCC qui nous ont rejoint en ce début d'année. Le conseil d'administration s'est ensuite réuni pour élire le bureau. Celui de 2012 a été reconduit dans son intégralité. De plus quelques adhérents ont rejoint les commissions qui font vivre l'association

La composition du bureau et des diverses commissions est la suivante :

- Président / Secrétaire : Patrick
- Vice présidente : Elisabeth
- Trésorière : Christine
- Trésorière adjointe : Marie-Ange
- Secrétaire adjointe : Sylvie
- Membre : Christian

Commission chemins : Mélanie, Jean-Philippe, Christian et Patrick

Commission randonnées : Marie-Ange, Elisabeth, Patrice et Thierry

Commission communication : Patrice, Gilbert et Patrick

Nous avons aussi travaillé à la mise en place du week end de septembre. Celui-ci aura lieu les 14 et 15 septembre dans le bocage virois. Merci de vous inscrire rapidement (voir fiche jointe) pour connaître la capacité du gîte à réserver.



Chers amis cavaliers, je me permet de vous rappeler qu'il vous est nécessaire d'avoir une assurance responsabilité civile pour la pratique de l'équitation. Certains d'entre vous ont pris une carte Equiliberté avec une assurance adéquate, pour les autres surtout renseignez vous auprès de votre compagnie d'assurance pour savoir si vous êtes bien couverts par votre RC. Si ce n'est pas le cas, vite prenez une carte EQL. Alors vous pourrez vous évader en toute sérénité avec l'ASCR. **Pour des raisons évidentes de sécurité je vous demanderai un justificatif de responsabilité pour la pratique de l'équitation en manifestation organisée lors de nos prochaines balades équestres.** Nos trois premières balades de l'année se sont déroulées sans pluie. Le soleil nous a même accompagné à Gravenchon où vous êtes venus en nombre. Encore une fois merci à Jeanne, Elisabeth et Marie Ange pour le cassoulet qui nous a permis, une fois de plus, de terminer dans la convivialité, marque indélébile de l'ASCR.





## 13 Janvier 2013 - L'ASCR sur les Bords de Seine

Caudebec en Caux ouvre l'année pour les sorties 2013. Nous nous retrouvons à 22 marcheurs, Place d'Armes, pour notre sortie mensuelle. Comme pour les sorties effectuées fin 2012, les cavaliers (sans leur monture) et les marcheurs sont réunis sur le circuit unique, les chemins détrempés et glissants obligent à cette démarche.



Après l'échange des vœux entre les participants, nous nous élançons sur la boucle de 10 km par la petite vallée de la Sainte Gertrude, traversons un nouveau quartier avec le collège et de nouvelles habitations, puis regagnons le GR211 à la hauteur de la sente du marais. Nous poursuivons ce sentier sur la majeure partie de notre sortie, atteignons Montmeiller pour revenir par le chemin de la pépinière. Le tracé est en sous bois, nous sommes bien protégés et la température de quelques degrés semble presque clémente. Les chemins détrempés alternent avec des parties plus dures, mais l'ensemble reste glissant et oblige à la prudence. Nous retrouvons la petite route de la Barre-y-va.

Elle doit son nom au phénomène de mascaret, une vague géante qui remontait les berges de la Seine lors des forts coefficients de marée et venait battre le pied de la falaise. Nous passons devant la chapelle du même nom, chapelle dédiée à la vierge par les gens de mer. Elle fut érigée vers 1260 et reconstruite au 17<sup>ème</sup> siècle.



Nous rejoignons notre point de départ par le chemin du bord de Seine et nous nous retrouvons sous le marché couvert pour le traditionnel goûter qui clôture cette sortie.

[Voir le diaporama :](#)

<https://picasaweb.google.com/110923773332958205366/BaladeStPierreDuVal2012?authuser=0&feat=directlink>

[Voir le tracé des circuits sur carte IGN :](http://equichemins.com/cartes/ascr_2012_10_saint_pierre.html) [http://equichemins.com/cartes/ascr\\_2012\\_10\\_saint\\_pierre.html](http://equichemins.com/cartes/ascr_2012_10_saint_pierre.html)



## 10 Février 2013 - L'ASCR fait son "Cassoulet" à Gravenchon

Enfin un soleil radieux pour notre sortie de Février. Nous nous retrouvons nombreux aux étangs du Telhuet pour cette sortie, sans savoir dire si c'est le temps ensoleillé ou le cassoulet qui ont décidé la majorité d'entre-nous. Nos rangs se sont étoffés d'amis de l'ACDCC auxquels nous souhaitons la bienvenue. 34 marcheurs et 10 cavaliers se retrouvent à 10h30 pour cette sortie suivie d'un pique nique.



Les marcheurs se scindent en deux groupes pour répondre aux souhaits de tous. Patrick emmène 13 personnes sur une boucle de 7km et Marie Ange emmène les autres sur la boucle de 12 kms.

Le parcours alterne entre les paysages de bois et de plaines du plateau, et la progression se fait sur des chemins encore boueux et des portions goudronnées qui permettent de décroter nos chaussures. Nous sommes encore en hiver, il a gelé et les passages à l'ombre se font sur sol encore dur. La nature se réveille, quelques bourgeons et fleurs précoces attestent de l'arrivée du printemps.

Les 10 cavaliers étoffèrent leur parcours autour de celui des marcheurs. Cavaliers et marcheurs s'aperçoivent de temps à autre sans jamais se croiser.







Vers 14h00, nous avons tous rejoint le point départ à l'aire de pique-nique des étangs du Telhuet. Les premiers arrivés mettent en place le réchauffage des cassoulets préparés par Elisabeth, Jeanne et Marie-Ange, chacun installe table et chaises pour un repas assis sous la rotonde.

Nous démarrons par le verre de l'amitié anecdotes et échanges vont bon train, nous passons ensuite à table et finissons pas des desserts maison concoctés par tous et mis en commun pour le plus grand plaisir de chacun.



Il est 16h00 quand nous levons le camp, contents de notre bonne journée, aussi bien par le temps ensoleillé que par ce grand moment de convivialité qui sied bien à notre groupe.



**Recette du flan de Marie-Odile** : dans 1 litre de lait chaud, mélanger 200 gr de farine, 100 gr de sucre, 1 sachet de sucre vanillé, 4 œufs entiers et 2 cuillères à soupe d'huile. Verser la préparation dans un plat beurré et mettre à four chaud 180° pendant 45 mn. On peut ajouter des pruneaux à la préparation, il en sera plus breton

Voir le Diaporama :

<https://picasaweb.google.com/110923773332958205366/CassouletAGravenchon?authuser=O&authkey=Gv1sRgCOn2p92J86j-BQ&feat=directlink#>



## 10 Mars 2013 - Un après midi au pays des bénédictins

Les jours se suivent mais ne se ressemblent pas. Après la très belle journée ensoleillée du samedi, c'est sous un ciel gris et un vent de Nord Est que nous nous retrouvons à Saint-Wandrille, petit village du bord de Seine connu principalement pour son abbaye. 29 marcheurs et 7 cavaliers se retrouvent sur le parking de la poste à 13h45 pour cette sortie mensuelle.



**Un peu d'histoire :** L'abbaye Saint-Wandrille, anciennement abbaye de Fontenelle, est une abbaye bénédictine de la congrégation de Solesmes. Fondée en 649, l'abbaye a connu une longue histoire marquée par trois grandes périodes de saccages et de destructions : celles liées aux incursions des Vikings, puis celles engendrées par les guerres de religion, et enfin celles consécutives à la révolution française. C'est encore aujourd'hui une abbaye de moines bénédictins.

Les marcheurs décident de ne faire qu'un seul groupe et optent pour le tracé de 9 kilomètres. La ballade est principalement choisie en sous bois pour protéger le groupe du vent froid. Nous nous élançons sur le haut du village par la rue de la Coutume ou nous pénétrons dans la forêt par le chemin du relais. Les arbres encore dénudés nous permettent la vue sur les méandres de la Seine, mais notre préoccupation première reste la vigilance autour de nos pas. Les chemins forestiers sont boueux et glissants à certains endroits. Nous gardons souvent la marche les bas cotés en choisissant le meilleur coté pour progresser.



Au carrefour du GR2 et de la route forestière de Caudebecquet, nous croisons les cavaliers. Encore une prouesse de la gestion de synchronisation de l'association. Après quelques échanges et réglages techniques de rênes sur le cheval de Jean Philippe, chaque groupe poursuit sa progression sur son circuit respectif. Nous continuons sur la route forestière jusqu'au hameau de la Briquerie puis revenons sur Saint Wandrille par le Clos Becquet. Nous terminons notre parcours au point panoramique où nous avons une vue superbe sur l'abbaye. Nous descendons vers notre parking par les escaliers de la Sente de la Messe.

Les cavaliers empruntent l'itinéraire piéton à l'aller comme au retour, mais étendent leur circuit sur la forêt du Trait Maulévrier.



Vers 16h30, et avec une demi-heure d'avance sur les cavaliers, nous retrouvons pour notre traditionnel gouter où boissons chaudes et gâteaux apportent le plus grand réconfort. Aujourd'hui, cake nature, chocolat et pain d'épices régaleront nos papilles.

Avant de nous quitter, Patrick nous parle des difficultés à organiser le weekend de Septembre. Une solution se dessine pour la mi septembre, une information et un formulaire d'inscription parviendront dans les jours à venir.

# WEEK END 14 et 15 Septembre 2013

Maison du Saguenay-Lac St-Jean - 61800 MONTSECRET



Maison du Saguenay : Le petit village de Montsecret vous accueille et vous propose des séjours actifs dans sa belle campagne bocagère : VTT, ping-pong, pétanque, jeux pour enfants, piscine sur place ouverte de juin à août. Proche GR 226 A et B et GR 22.

Maison de village restaurée : 1 chambre pour 2 pers., salle d'eau et wc de plain pied, 3 dortoirs de 5, 7 et 8 pers., 1 chambre de 2 pers.. Etage : 3 dortoirs de 5, 6 et 7 pers.. Cuisine type collectivité, séjour (cheminée), salon, 10 wc, 15 lavabos et 8 douches (1 douche par chambre). Chauffage électrique. Herbage et boxes pour chevaux.

## Equipements / Services

Equipements

WIFI

Télévision

Lave-vaisselle

## Spécificités de cet hébergement

LA MAISON DU SAGUENAY : accueil de chevaux en paddocks à disposition sur demande.  
Randonnées Situé à moins de 5 km des chemins de randonnée balisés (GR, PR et/ou voie verte).

Il s'agit d'un gîte de 43 lits avec possibilité de ne prendre que 25 couchages. Chacun emmènera ses draps ou un duvet. Vous pourrez faire une première visite en cliquant sur le lien suivant : <http://www.gites-de-france-orne.com/gite-etape-sejour-maison-du-saguenay---lac-st-jean--a-montsecret-dans-BOCAGE---SUISSE-NORMANDE-G2016.html>

Pour les chevaux il seront parqués dans un herbage situé à 5mn à pied du gîte. Chaque cavalier apportera de quoi faire un paddock et la nourriture pour sa monture. Le cout par cheval est de 5€ par nuit.

Comme d'habitude nous arriverons au gîte le vendredi en fin d'après midi. Nous randonnerons le samedi toute la journée (avec pique nique le midi) et le dimanche matin. Le retour se fera le dimanche après midi.

Chacun apportera ses repas pour les vendredi soir et samedi midi, ses petits déjeuners pour les samedi et dimanche matins et sa boisson pour tous les repas. Pour le repas du samedi soir et le dimanche midi nous faisons appel à un traiteur (plat chaud le samedi soir et buffet froid le dimanche midi) et le fromage pour ces deux repas est amené par nos soins. En ce qui concerne les desserts nous comptons sur les gâteaux maison. L'apéritif pour chacun des repas est offert par l'ASCR.

Vous trouverez ci joint un bulletin d'inscription que vous voudrez bien nous retourner (COTE Marie Ange 12 Impasse de la ravine 76490 Villequier) accompagné du cheque d'avance (50€ par personne) avant le 20 avril 2013 si vous pensez participer à ce week end. Nous devons dire avant le 25 avril si nous prenons tout le gîte (1325€ pour le week end) ou que 25 couchages (835€ pour le week end). Comme d'habitude les chèques ne seront prélevés que fin septembre. Le cout du séjour sera à finaliser sur place.

# Nos Prochaines Activités

<u>Date</u>	<u>Type</u>	<u>Rendez - Vous</u>
<u>14/04/2013</u>	 	<u>Balade en forêt Brotonne</u> Rdv à 14h00 Parking Grand Maitre Organisateur : P.COTE
<u>02/06/2013</u>	 	<u>Balade à Bardouville (76480)</u> Rdv 14h00 chez Joël 2390 Chemin du Roy Pique nique possible
<u>23/06/2013</u>	 	<u>Journée Saint Nicolas de la Haye</u> Rdv à 9h30 Place de la mairie Organisateurs : E. et J.P. GODEBOUT
<u>26/06/2013</u>	 	<u>Balade avec Handicapés</u> <u>Forêt Brotonne</u> Rdv à 13h45 Parking Grand Maitre Organisatrice : E. GODEBOUT
<u>09/08/2013</u>	 	<u>Balade nocturne à Villequier</u> <u>Le Quesnay</u> Rdv à 19h00 Chez Marie Ange Organisatrice: M.A. COTE
<u>08/09/2013</u>	 	<u>Journée de la rando du Parc</u> <u>Naturel Régional</u> Rdv à partir de 08H30 à Caumont (27)
<u>14-15/09/2013</u>	 	<u>Week End ASCR</u> Montsecret (61800)