



2 bis boulevard Gambetta
52000 Chaumont


PROGRAMME DES RANDONNEES

www.chaumont-rando.net

Tél. : 03 25 03 43 22
lcfilippi@orange.fr



Période du 1^{er} décembre au 31 mars 2012

Les **randonnées** de CHAUMONT RANDO sont **classées en 3 niveaux**. Chaque adhérent appréhende sa condition physique avant le départ afin de bien « vivre » la sortie pédestre.

→ **Niveau facile** :  s'adresse à toute personne en bonne santé et ayant un minimum d'activité physique.




Randonnée sur parcours sans difficulté et comportant relativement peu de dénivelé.

Allure à un rythme modéré (4 km / heure), avec des pauses régulières - Durée de 1,5 à 3 heures.

→ **Niveau moyen** :   concerne des personnes habituées à une activité physique régulière entretenant de l'endurance. La randonnée a lieu en soirée, à la demi-journée ou sur la journée complète avec pique nique.

Le parcours peut emprunter des passages délicats (forte déclivité, hors sentier ...), inclure du dénivelé (jusqu'à 600 mètres).

Allure plus soutenue (4,5 km / heure), comprenant parfois des passages un peu sportifs - Durée : 2 à 5 heures de marche effective.

→ **Niveau confirmé** :    exige d'avoir un entraînement régulier permettant de posséder une endurance reconnue à l'effort, le plus souvent sur une journée ou sur plusieurs jours.

Comme pour le niveau moyen, le parcours peut inclure des passages délicats, du dénivelé (jusqu'à 1000 mètres) et un pique nique.

Les randonnées comportant du dénivelé, des difficultés techniques (sentier escarpé, aérien...) font l'objet d'une mention particulière en « observations » ou de la remise aux participants potentiels d'une fiche descriptive en sus du programme (randonnée week-end ou en montagne).

NB : La vitesse moyenne est de l'ordre de 0,5 à 1 km / heure de moins que l'allure car elle tient compte des courts arrêts (boisson, photos...)

Nouveau







☒ **Rando santé** : **RS** = marcher moins vite, moins longtemps ... pour son plaisir et ou selon ses possibilités.

Covoiturage : le montant en € est donné à titre indicatif, comme base d'indemnisation du chauffeur par chaque passager (Art. 5 du règlement intérieur).

Dates	Heures départ	Niveaux	Km	Lieux	Nom et N°téléphone du RESPONSABLE		Co voitu.	Observations
DEC								
Dim. 4	13H30		10	Thivet	Xavier BOURGEOIS	03 25 31 08 86	3 €	Circuit « Les caivottes »
Lun. 5	14H00	RS	5	Chaumont – Saint Roch	Colette REINE	03 25 03 50 84	/	
Mer. 7	13H30		11	Brottes	Walter MINISINI	03 25 32 42 65	/	
Dim. 11	9H00		11	Le Corgebin	Gérard DEGEORGE	03 25 01 80 06	/	Concert Noël l'après-midi
Lun. 12	14H00	RS	6	Brottes - Corgebin	Gérard DEGEORGE	03 25 01 80 06	/	
Mer. 14	13H30		9	Verbiesles	Geneviève PICOT	03 25 03 13 52	/	
Dim. 18	9H00		19	Humes	Marylène LESSERTEUR	03 25 03 43 16	5 €	Circuit de « La Mouche »
Lun. 19	14H00	RS		Chaumont : rando urbaine	Marie-France DASRIAUX	03 25 02 43 80	/	2 heures de marche

JANV								
Mer. 4	13H30		9	Verbiesles	Claudine & Bernard GIMBRET	03 25 03 33 69	/	
Dim. 8	13H30		10	Chaumont	Michèle MASSON	03 25 31 08 86	/	Goûter vers 17 H 00
Lun. 9	14H00	RS	5,5	Les Tanneries	Evelyne C. & Françoise N.	03 25 03 31 88	/	
Mer. 11	13H30		10	Montheries	Hubert CHOPIN	03 25 01 28 27	3 €	
Dim. 15	13H30		12	Riaucourt	Marie-France DASRIAUX	03 25 02 43 80	2 €	
Lun. 16	14H00	RS	6	Chamarandes	Maryse CUCHEROUSET	03 25 03 44 63	/	
Mer. 18	13H30		11	Vouécourt	Michel & Martine VELUT	03 25 32 55 31	3 €	
Dim. 22	Cf. fiche		/	Jura - Découverte ski fond	Th. DIVAY & M. LESSERTEUR	03 25 03 43 16	Bus	Inscription préalable
Lun.23	14H00	RS	5	Verbiesles	Geneviève PICOT	03 25 03 13 52	/	
Mer. 25	13H30		10	Is en Bassigny	Marie-France DASRIAUX	03 25 02 43 80	4 €	Circuit « L'Abondance »
Dim. 29	13H30		12	Lamancine	Marie-France DASRIAUX	03 25 02 43 80	2 €	
Lun. 30	14H00	RS	6	Riaucourt	Marie-France DASRIAUX	03 25 02 43 80	2 €	

FEV								
Mer. 1	13H30		7	Bricon	Michèle MASSON	03 25 31 08 86	2 €	Circuit « Terres blanches »
Dim. 5	Cf. fiche			Vosges : sortie raquettes	Claudette - Lucien - Gérard	03 25 03 43 22	Minib	Inscription préalable
Lun. 6	14H00	RS	5,5	Neuilly / Suize	Gérard DEGEORGE	03 25 01 80 06	/	
Mer. 8	13H30		8	Condes	Geneviève PICOT	03 25 03 13 52	/	
Sam. 11	Cf. fiche			AG du Comité FFR52	Lucien FILIPPI	03 25 03 43 22	3 €	Rando matin, AG après-m.
Dim. 12	13H30		10	Vallée de la Suize	Gérard DEGEORGE	03 25 01 80 06	/	Entre Brottes et St Roch
Lun. 13	14H00	RS	3	Chaumont intramuros	Maryse CUCHEROUSET	03 25 03 44 63	/	2 H 00 arrêts compris
Mer. 15	13H30		13	Chaumont – La Maladière	Walter MINISINI	03 25 32 42 65	/	
Dim. 19	13H30		13	Rizaucourt	Colette REINE	03 25 03 50 84	5 €	Circuit du Champagne

Dates	Heures départ	Niveaux	Km	Lieux	Nom et N°téléphone du RESPONSABLE	Co voitu.	Observations
FEV							
Lun. 20	14H00	RS	5,6	Jonchery - Bonnevaux	Michel et Martine VELUT 03 25 32 55 31	/	
Mer. 22	13H30	 	12	Chamarandes	Gérard DEGEORGE 03 25 01 80 06	/	
Dim. 26	9H00 Cf.Fiche	 		Chatillon / Seine : rando + musée + repas restaurant	Marie-France DASRIAUX 03 25 02 43 80	8 €	Inscription préalable
Lun. 27	14H00	RS	6	Choignes	Nicole RAVIER 09 75 72 42 07	/	Sur le circuit des écluses
Mer. 29	13H30	 	16	Colombey les 2 Eglises	Hubert CHOPIN 03 25 01 28 27	4 €	

MARS							
Dim. 4	9H00	 	18	Sarcicourt	Michel & Martine VELUT 03 25 32 55 31	2 €	
Lun. 5	14H00	RS	5	Blancheville	Colette REINE 03 25 03 50 84	3 €	Fort de Bévaux
Mer. 7	13H30	 	12	Soncourt	Marylène LESSERTEUR 03 25 03 43 16	3 €	Circuit « La Genevroye »
Dim. 11	13H30	 	15	Faverolles	Edith ANDRE 03 25 02 26 05	4 €	Circuit du Mausolée
Lun. 12	14H00	RS	3	Chateaufvillain – R. urbaine	Evelyne C. et Françoise N. 03 25 03 31 88	3 €	Visite guidée de la ville
Mar. 13	18H30		/	Réunion élaboration du nouveau programme		/	
Mer. 14	13H30	 	9	Verbiesles	Geneviève PICOT 03 25 03 13 52	/	
Dim. 18	9H00	 	21	Marac	Marylène LESSERTEUR 03 25 03 43 16	4 €	
Lun. 19	14H00	RS	6	Roôcourt la Côte	Claudette FILIPPI 03 25 03 43 22	3 €	
Mer. 21	13H30	 	12	Froncles	Claudine & Bernard GIMBRET 03 25 03 33 69	4 €	Circuit des Buis
Dim. 25	9H00	 	15	Arc en Barrois	Daniel MARCHAL 03 25 02 52 88	3 €	Visite de la glacière et machine à vapeur (x €)
Lun. 26	14H00	RS	6	Forêt du Corgebin	Guy SIMON – Claudine G. 03 25 03 51 88	/	
Mer. 28	13H30	 	9	Cirfontaines en Azois	Michèle MASSON 03 25 31 08 86	4 €	Circuit des 3 Vallons
1 ^{er} avril	8H30	  	25	Poissons	Thierry DIVAY 03 25 03 43 16	7 €	Dont 1000 m dénivelé

Des randos hors département (de mai à octobre 2012)

→ Séjour estival côtier (Bretagne) : du 3 au 9 juin inclus (inscription préalable). Toutes les précisions sont sur le site.

→ Séjour estival alpin (Samoëns) : du 21 au 28 juillet inclus (inscription préalable). Toutes les précisions sont sur le site.

* Week-end dans le Mâconnais : 12 et 13 mai, proposé par Marie-France DASRIAUX

* Week-end dans le Jura : 8 et 9 septembre, proposé par Gérard DEGEORGE

* Week-end dans les Vosges : 5 et 6 octobre, proposé par Bernard et Claudine GIMBRET.