

Les randonnées de CHAUMONT RANDO sont classées en 6 niveaux.  
Chaque adhérent appréhende sa condition physique avant le départ afin de bien « vivre » la sortie pédestre.



**Niveau facile (1 chaussure) :** 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.

Vitesse maximale 4 km/heure - Durée de 1h30 à 3 heures de marche effective.



**Niveau moyen (2 chaussures) :** 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...) ou inclure du dénivelé (jusqu'à 600 mètres).

Vitesse maximale 4,5 km/heure, comprenant parfois des passages un peu sportifs - Durée : 2 à 6 heures de marche effective.



**Niveau confirmé (3 chaussures) :** 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. Les randonnées comportant un dénivelé important ou des difficultés techniques (sentier escarpé, aérien...) font l'objet d'une mention particulière en « observations » dans le programme ou de la remise aux participants potentiels d'une fiche descriptive en sus du programme (randonnée week-end ou en montagne par exemple).

RS **Rando santé®** : 4 à 5 km à rythme lent, adapté aux participants.

RD **Rando douce** : randonnée de niveau 1 chaussure de 8 km maximum.

MN **Marche nordique** : « Le fitness de plein air » Encadrants : Didier Damart (tél. 03 25 32 34 58), Manuelle Leroy, Thierry Divay. À chaque séance, une initiation à la marche nordique. Déroulement d'une sortie : échauffement, marche, renforcement musculaire, étirements. Prêt de bâtons aux débutants. Disposer de chaussures basses.

Départ L'heure de départ indiquée est celle du rendez-vous sur le parking du magasin Weldom pour le départ en covoiturage sur le lieu de la sortie. Pour se rendre directement, appeler le responsable de la randonnée ou consulter le forum. Un départ à 8h30 annonce une randonnée à la journée (sauf indication contraire en observation) ; dans ce cas, ne pas oublier son pique-nique.

Notre programme est établi pour six mois : il est susceptible de connaître des modifications, par exemple si l'animateur se trouve indisponible le jour prévu. Allez fréquemment sur le site [www.chaumont-rando.net](http://www.chaumont-rando.net) pour vérifier le programme.

Covoiturage Le montant en € est donné, à titre indicatif, comme indemnisation du chauffeur par chaque passager, s'il y a lieu (art. 4 du règlement intérieur).

novembre 2018

Programme CHAUMONT RANDO

Date	Heure de départ	Niveau	km	Lieu	Nom et n° téléphone du responsable	Covoitu- rage (€)	Observations
jeu. 1 nov.	14h00	RS			Férié pas de rando		
sam. 3 nov.	13h45	MN		Environs de Chaumont			
dim. 4 nov.	13h30	2ch	12	Brottes	Daniel Horiot 03 25 03 45 60	1	forêt du Corgebin
lun. 5 nov.	14 h	RD	7	Brottes	Marie-France Dasriaux 03 25 02 43 80		
mar. 6 nov.	13h45	MN		Environs de Chaumont			
mer. 7 nov.	13h30	2ch	13	Poulangy	Jean-Claude Magnier 03 25 03 75 92	2	
jeu. 8 nov.	14 h	RS		Environs de Chaumont			
sam. 10 nov.	13h45	MN		Environs de Chaumont			
dim. 11 nov.	13h30	2ch	13	Lamancine	Marie-France Dasriaux 03 25 02 43 80	2	
lun. 12 nov.	14 h	RD	7	Vouécourt	Martine et Michel Velut 03 25 32 55 31	4	
mar. 13 nov.	13h45	MN		Environs de Chaumont			
mer. 14 nov.	13h30	2ch	13	Brottes	Walter Minisini 03 25 32 42 65		tour de la Suisse 2
jeu. 15 nov.	14 h	RS		Environs de Chaumont			
sam. 17 nov.	13h45	MN		Environs de Chaumont			
dim. 18 nov.	13h30	2ch	12	Bologne	Martine et Michel Velut 03 25 32 55 31	2	
lun. 19 nov.	14 h	RD	7	Louvières	Jean-Claude Magnier 03 25 03 75 92	3	
mar. 20 nov.	14 h	MN		Environs de Chaumont			
mer. 21 nov.	13h30	2ch	11	Marnay-sur-Marne	Claudette Filippi 03 25 03 43 22	2	
jeu. 22 nov.	14 h	RS		Environs de Chaumont			
sam. 24 nov.	13h45	MN		Environs de Chaumont			
dim. 25 nov.	13h30	2ch	11	Luzy-sur-Marne	Jean-Claude Magnier 03 25 03 75 92	1	la Garenne de Luzy
lun. 26 nov.	14 h	RD	7	Verbiesles	Geneviève Picot 03 25 03 13 52	1	terrain de foot
mar. 27 nov.	13h45	MN		Environs de Chaumont			
mer. 28 nov.	13h30	2ch	12	Chaumont	Marylène Lesserteur 03 25 03 43 16	/	Val Barizien
jeu. 29 nov.	14 h	RS		Environs de Chaumont			

décembre 2018

## Programme CHAUMONT RANDO

Date	Heure de départ	Niveau	km					
sam. 1 déc.	13h45	MN		Environs de Chaumont				
sam. 1 déc.	19 h	2ch	10	Gudmont	Claudette et Lucien Filippi	03 25 03 43 22	5	nocturne Téléthon fiche
dim. 2 déc.	13h30	1ch	10	Brottes	Danièle et Jacques Tisserand	03 25 31 01 17	1	forêt du Corgebin
lun. 3 déc.	14h00	RD	6	Chaumont	Maryse Cucherousset	03 25 03 44 63	/	Les Tourelles
mar. 4 déc.	13h45	MN		Environs de Chaumont				
mar. 4 déc.	18h30			Brottes	AG de Chaumont rando			salle des fêtes de Brottes
mer. 5 déc.	13h30	1ch	11	Condes	Claude Voguet et Claudine Gimbret	03 25 07 74 22	1	
jeu. 6 déc.	14h00	RS		Environs de Chaumont				
sam. 8 déc.	13h45	MN		Environs de Chaumont				
dim. 9 déc.	8h30	1ch	10	Chaumont	Maryse Cucherousset	03 25 03 44 63	/	concert de Noël l'après-midi
lun. 10 déc.	14h00	RD	6	Jonchery	Martine et Michel Velut	03 25 32 51 31	1	ferme de Bonnevaux
mar. 11 déc.	13h45	MN		Environs de Chaumont				
mer. 12 déc.	13h30	2ch	11	Sarcey	Ghislaine et Jean-Claude Grandjonc	03 25 03 39 77	3	
jeu. 13 déc.	14h00	RS		Environs de Chaumont				
sam. 15 déc.	13h45	MN		Environs de Chaumont				
dim. 16 déc.	13h30	1ch	9	Annéville-la-Prairie	Marie-France Dasriaux	03 25 02 43 80	2	
lun. 17 déc.	14h00	RD	6	Riau-court	Marie-France Dasriaux	03 25 02 43 80	2	
mar. 18 déc.	13h45	MN		Environs de Chaumont				
mer. 19 déc.	13h30	2ch	10	Juzennecourt	Marylène Lesserteur	03 25 03 43 16	3	
jeu. 20 déc.	14h00	RS		Environs de Chaumont				

janvier 2019

## Programme CHAUMONT RANDO

Date	Heure de départ	Niveau	km	Lieu	Nom et n° téléphone du responsable	Covoiturage (€)	Observations
sam. 5 janv.	13h45	MN		Environs de Chaumont			
dim. 6 janv.	13h30	1ch	9	Semoutiers-Montsaon	Danièle et Jacques Tisserand	03 25 31 01 17	2 Montsaon
lun. 7 janv.	14h00	RD	7	Brethenay	Geneviève Picot	03 25 03 13 52	1
mar. 8 janv.	13h45	MN		Environs de Chaumont			
mer. 9 janv.	13h30	2ch	14	Brottes	Walter Minisini		tour de la Suisse 3
jeu. 10 janv.	14h00	RS		Environs de Chaumont			
sam. 12 janv.	8h30			Chaumont	Marie-France Dasriaux	03 25 02 43 80	PSC1 sur inscription
sam. 12 janv.	13h45	MN		Environs de Chaumont			
dim. 13 janv.	13h30	2ch	13	Langres	Marylène Lesserteur	03 25 03 43 16	5 La croisée des voies romaines
lun. 14 janv.	14h00	RD	6	Buxières-les-Froncles	Martine et Michel Velut	03 25 32 51 31	4
mar. 15 janv.	13h45	MN		Environs de Chaumont			
mer. 16 janv.	13h30	2ch	12	Crenay (Foulain)	Joël Devilliers	03 25 31 13 00	2
jeu. 17 janv.	14h00	RS		Environs de Chaumont			
sam. 19 janv.	13h45	MN		Environs de Chaumont			
dim. 20 janv.	13h30	1ch	9	Chaumont Galette	Marie-France Dasriaux	03 25 02 43 80	/ salle R Genest Cavalier
lun. 21 janv.	14h00	RD	7	Chaumont	Marie-France Dasriaux	03 25 02 43 80	/ quartier Rochotte
mar. 22 janv.	13h45	MN		Environs de Chaumont			
mer. 23 janv.	13h30	2ch	13	Esnouveaux	Nelly Van Speybroeck	03 25 32 03 60	3
jeu. 24 janv.	14h00	RS		Environs de Chaumont			
sam. 26 janv.	13h45	MN		Environs de Chaumont			
dim. 27 janv.	13h30	2ch	13	Brottes	Daniel Horiot	03 25 03 45 60	forêt du Corgebin
lun. 28 janv.	14h00	RD	6	Brottes	Maryse Cucherousset	03 25 03 44 63	/
mar. 29 janv.	13h45	MN		Environs de Chaumont			
mer. 30 janv.	13h30	1ch	10	Bricon	Annick Delaunay	03 25 03 92 05	2
jeu. 31 janv.	14h00	RS		Environs de Chaumont			

février 2019

## Programme CHAUMONT RANDO

Date	Heure de départ	Niveau	km	Lieu	Nom et n° téléphone du responsable	Covoitu- rage (€)	Observations	
sam. 2 févr.	13h45	MN		Environs de Chaumont				
dim. 3 févr.	matin	2ch		Vosges	Claudette et Lucien Filippi	03 25 03 43 22	journée raquettes fiche	
dim. 3 févr.	13h30	2ch	14	Cerisières	Martine et Michel Velut	03 25 32 55 31	5	
lun. 4 févr.	14h00	RD	7	Soncourt	Martine et Michel Velut	03 25 32 55 31	3	
mar. 5 févr.	13h45	MN		Environs de Chaumont				
mer. 6 févr.	13h30	2ch	12	Châteauvillain	Édith André	03 25 02 26 05	4	
jeu. 7 févr.	14h00	RS		Environs de Chaumont				
sam. 9 févr.	13h45	MN		Environs de Chaumont				
dim. 10 févr.	13h30	2ch	12	Leffonds	Joël Devilliers	03 25 31 13 00	3	
lun. 11 févr.	14h00	RD	7	Verbiesles	Geneviève Picot	03 25 03 13 52	1	
mar. 12 févr.	13h45	MN		Environs de Chaumont				
mer. 13 févr.	13h30	2ch	13	Forcey	Ghislaine et Jean-Claude Grandjonc	03 25 03 39 77	4	
jeu. 14 févr.	14h00	RS		Environs de Chaumont				
sam. 16 févr.	13h45	MN		Environs de Chaumont				
dim. 17 févr.	13h30	2ch	12	Laharmand (Jonchery)	Marie-France Dasriaux	03 25 02 43 80	2	
lun. 18 févr.	14h00	RD	6	Marnay-sur-Marne	Maryse Cucherousset	03 25 03 44 63	2	
mar. 19 févr.	13h45	MN		Environs de Chaumont				
mer. 20 févr.	13h30	2ch	11	Villiers-sur-Suize	Jean-Claude Magnier	03 25 03 75 92	3	
jeu. 21 févr.	14h00	RS		Environs de Chaumont				
sam. 23 févr.	13h45	MN		Environs de Chaumont				
dim. 24 févr.	13h30	2ch	16	Luzy-sur-Marne	Jean-Claude Magnier	03 25 03 75 92	1	la Garenne de Luzy
lun. 25 févr.	14h00	RD	7	Biesles	Jean-Claude Magnier	03 25 03 75 92	2	Haut de la Bouterioie
mar. 26 févr.	13h45	MN		Environs de Chaumont				
mer. 27 févr.	13h30	3ch	14	Mandres-la-Côte	Daniel Horiot	03 25 03 45 60	3	
mer. 27 févr.	13h30	1ch	9	Andelot	Maryse Cucherousset	03 25 03 44 63	4	
jeu. 28 févr.	14h00	RS		Environs de Chaumont				

mars 2019

## Programme CHAUMONT RANDO

Date	Heure de départ	Niveau	km	Lieu	Nom et n° téléphone du responsable	Covoiturage (€)	Observations
sam. 2 mars	13h45	MN		Environs de Chaumont			
dim. 3 mars	8h30	3 ch	20	Fronville	Walter Minisini 03 25 32 42 65	6	dénivelé 1000 m
dim. 3 mars	13h30	1ch	10	Bologne	Marie-France Dasriaux 03 25 02 43 80	2	départ Forges de Bologne
lun. 4 mars	14h00	RD	7	Nogent	Simone Catogni 03 25 31 64 12	3	parcours de santé
mar. 5 mars	13h45	MN		Environs de Chaumont			
mer. 6 mars	13h30	2ch	14	Meures	Jean-Pierre Chrétien 06 80 13 90 50	2	
jeu. 7 mars	14h00	RS		Environs de Chaumont			
sam. 9 mars	13h45	MN		Environs de Chaumont			
dim. 10 mars	13h30	2ch	16	Richebourg	Jean-Claude Magnier 03 25 03 75 92	2	Les Essarts
lun. 11 mars	14h00	RD	7	Treix	Maryse Cucherousset 03 25 03 44 63	1	
mar. 12 mars	13h45	MN		Environs de Chaumont			
mer. 13 mars	13h30	2ch	13	Biesles	Simone Catogni 03 25 31 64 12	2	
jeu. 14 mars	14h00	RS		Environs de Chaumont			
sam. 16 mars	13h45	MN		Environs de Chaumont			
dim. 17 mars	8h30	2ch	13	Ecot-la-Combe	Jean-Claude Magnier 03 25 03 75 92	5	déjeuner resto fiche à venir
lun. 18 mars	14h00	RD	6	Marnay-sur-Marne	Marie-France Dasriaux 03 25 02 43 80	2	jonquilles ?
mar. 19 mars	13h45	MN		Environs de Chaumont			
mer. 20 mars	13h30	2ch	12	Brethenay	Marylène Lesserteur 03 25 03 43 16	1	
jeu. 21 mars	14h00	RS		Environs de Chaumont			
sam. 23 mars	13h45	MN		Environs de Chaumont			
dim. 24 mars	13h30	2ch	13	Villiers-sur-Suize	Joël Devilliers 03 25 31 13 00	3	
lun. 25 mars	14h00	RD	6	Braux-le-Chatel	Geneviève Picot 03 25 03 13 52	3	
mar. 26 mars	13h45	MN		Environs de Chaumont			
mer. 27 mars	13h30	1ch	10	Neuilly-sur-Suize	Walter Minisini 03 25 32 42 65	1	tour de la Suize 4
jeu. 28 mars	14h00	RS		Environs de Chaumont			
sam. 30 mars	13h45	MN		Environs de Chaumont			
dim. 31 mars	8h30	2ch	22	Arc-en-Barrois	Jacqueline Marchal 03 25 02 52 88	4	

avril 2019

## Programme CHAUMONT RANDO

Date	Heure de départ	Niveau	km	Lieu	Nom et n° téléphone du responsable	Covoitu- rage (€)	Observations
lun. 1 avr.	14h00	RD	8	Chamarandes-Choignes	Jean-Claude Magnier 03 25 03 75 92	1	ferme des Rieppes
mar. 2 avr.	13h45	MN		Environs de Chaumont			
mar. 2 avr.	17h30			Chaumont	Réunion programme randos douces		salle 217 MDA
mar. 2 avr.	18h30			Chaumont	Réunion programme autres randos		salle 217 MDA
mer. 3 avr.	13h30	2ch	14	Andelot	Maryse Cucherousset 03 25 03 44 63	4	
jeu. 4 avr.	14h00	RS		Environs de Chaumont			
sam. 6 avr.	13h45	MN		Environs de Chaumont			
dim. 7 avr.	8h30	3ch	25	Poissons	Thierry Divay 03 25 03 43 16	7	dénivelé 1000 m
dim. 7 avr.	13h30	1ch	10	Blessonville	Danièle et Jacques Tisserand 03 25 31 01 17	2	
lun. 8 avr.	14h00	RD	7	Biesles	Simone Catogni 03 25 31 64 12	2	
mar. 9 avr.	13h45	MN		Environs de Chaumont			
mer. 10 avr.	13h30	2ch	14	Richebourg	Jean-Claude Magnier 03 25 03 75 92	2	
jeu. 11 avr.	14h00	RS		Environs de Chaumont			
sam. 13 avr.	13h45	MN		Environs de Chaumont			
dim. 14 avr.	13h30	2ch	14	Bricon	Anna Rigollot 03 25 31 05 25	2	
lun. 15 avr.	14h00	RD	7	Blancheville (Andelot)	Maryse Cucherousset 03 25 03 44 63	4	abbaye de Septfontaines
mar. 16 avr.	13h45	MN		Environs de Chaumont			
mer. 17 avr.	13h30	2ch	14	La-Chapelle-en-Blaisy	Hubert Chopin 06 08 63 07 80	3	
jeu. 18 avr.	14h00	RS		Environs de Chaumont			
sam. 20 avr.	13h45	MN		Environs de Chaumont			
dim. 21 avr.	13h30	2ch	13	Biesles	Jean-Claude Magnier 03 25 03 75 92	2	le Puits des Mèzes
lun. 22 avr.	14h00	RD	6	Buxières-les-Villiers	Hubert Chopin 06 08 63 07 80	2	
mar. 23 avr.	13h45	MN		Environs de Chaumont			
mer. 24 avr.	13h30	2ch	12	Rolampont	Édith André 03 25 02 26 05	3	la Tuffière
jeu. 25 avr.	14h00	RS		Environs de Chaumont			
sam. 27 avr.	13h45	MN		Environs de Chaumont			
dim. 28 avr.	13h30	2ch	12	Crenay	Walter Minisini 03 25 32 42 65	2	tour de la Suisse 5
lun. 29 avr.	14h00	RD	7	Condes	Geneviève Picot 03 25 03 13 52	1	
mar. 30 avr.	13h45	MN		Environs de Chaumont			

## PROJETS DE SÉJOURS EN 2019

11-18 mai		2ch		Cap-Vert	Claudette et Lucien Filippi	03 25 03 43 22		
20-26 mai		2ch		Mâconnais	Jean-Pierre Chrétien et Annick Delaunay	03 85 31 61 43		
2-9 juin		3ch		Larzac	Nelly Van Speybroeck	03 25 32 03 60		trek en itinérance
15-22 juin		1-ch		Finistère-Sud	Martine et Michel Velut	03 25 32 55 31		
29-30 juin		3ch		Vosges	Claudette et Lucien Filippi	03 25 03 43 22		préparation au GR 20
7-13 juillet		3ch		Corse GR20 Nord	Claudette et Lucien Filippi	03 25 03 43 22		trek en itinérance
8-15 sept.		2ch		Vanoise	Simone Catogni et Claudine Gimbret	03 25 31 64 12		
12-13 oct.		2ch		Metz	Marie-France Dasriaux et Maryse Cucherousset	03 25 02 43 80		WE urbain