

les RANDONNEURS du QUATRE PAYS

FFRandonnée 
Association affiliée

FFRandonnée 
Marche nordique

FFRandonnée 
Rando Santé®

3^{ème} PROGRAMME 2016

du 1^{er} novembre 2016 au 31 janvier 2017

SAMEDI 5 NOVEMBRE 2016 - *DE HARDIFORT À CASSEL*



Rando en boucle 11,5 Km.
et rando-douce de 5Km (sans dénivelé).

Départ : 14h00, à l'église de HARDIFORT.

Rens : Georgette et René KERCKHOVE -06-32-30-12-51

Co-voiturage: 13h15 - 2€

DIMANCHE 6 NOVEMBRE 2016 - *SUR LES TRACES DES GUEUX*

Rando en boucle de 20 Km.

Départ : 9h30, à l'église de NIEUWERKE.

Repas tirés des sacs au café "l'Epi de blé" à BAILLEUL.

Rens : Martine et Hervé SANS -03-28-61-24-39

Co-voiturage: 8h15 - 5€

SAMEDI 12 NOVEMBRE 2016 - *LA VÉNUS DE MILLAM*



Rando en boucle de 10,5 Km.

Départ : 14h00, à l'église de MILLAM.

Rens : Micheline et Patrick DEVREAU -06-73-56-25-55

Co-voiturage: 13h15 - 2€

Siège : Maison de la Vie Associative - Terre-Plein du Jeu de Mail - 59140 DUNKERQUE

Président : Bernard LECOESTER - Tel 06.52.01.14.26

Internet : Adresse mail : lesrpp@gmail.com Blog : leblogdesrpp.canalblog.com

DIMANCHE 13 NOVEMBRE 2016 - EN EMPRUNTANT LA VIA FRANCIGENA



Rando en boucle de 18 Km.

Départ : 9h30, parking de la Colonne Blanchard en forêt de **GUINES**.

à Guines suivre la direction "forêt domaniale" parking à environ 3Km.

Repas tirés des sacs au "café du centre" à **HAMES-BOUCRES**.

Possibilité de restauration : -assiette anglaise frites-salade 8€ ou 10€ avec boisson.

-part de tarte 2€ ou café/thé gourmand 4€.

Réservation avant le 10 novembre par courriel : yvonmonique59@gmail.com ou par téléphone.

(car les plats seront préparés selon nos demandes)

Rens : **Monique et Yvon HAYNAU -06-06-41-89-85**



Co-voiturage: 8h15 - 3€

SAMEDI 19 NOVEMBRE 2016 - LES MOULINS DE TERDEGHEM ET STEENVOORDE



Rando en boucle de 9,5 Km.

et rando-douce de 6 Km.

Départ : 14h00, sur la place de **TERDEGHEM**.

Rens : **Georgette et René KERCKHOVE -06-32-30-12-51**



Co-voiturage: 13h10 - 2€

DIMANCHE 20 NOVEMBRE 2016 - A TRAVERS LES RESERVES NATURELLES



Rando en double boucle de 21 km (11 + 10).

Départ : 9h30 et 13h30, à l'église de **WESTOUTER**.

Repas tirés des sacs au café "De Zwann" à **WESTOUTER**.

Rens : **Marie-Christine et Yves BOULANGER -03-28-69-58-21 -06-65-52-18-80**



Co-voiturage: 8h30 et 12h30 - 3€



VENDREDI 25 NOVEMBRE 2016 -(1)-

Départ : 9h30, parking du Fort Vallières à **COUDEKERQUE-VILLAGE** (durée 1h30)

Rens : **Bernard LECOESTER -06-52-01-14-26**

-(1)- : cf. page 10

VENDREDI 25 NOVEMBRE 2016 - LA DUNE FOSSILE

Rando-douce de 2h pour maintenir la forme.

Départ : 14h30, parking derrière l'église de **GHYVELDE**.

Rens : **Bernard LECOESTER -06-52-01-14-26**

Co-voiturage: 13h45 - 2€

SAMEDI 26 NOVEMBRE 2016 - DE CAPPELLE-BROUCK À COMPOSTELLE



Rando en boucle de 11 Km.
Départ : 14h00, place de l'église de **CAPPELLE-BROUCK**.
Rens : Janine et Jean **THOREL** -06-50-65-10-41

Co-voiturage: 13h15 - 2€

DIMANCHE 27 NOVEMBRE 2016 - COINS PERDUS CONTRE FRONTIÈRE



Rando en boucle de 23 Km.
Départ : 9h00, à l'église de **KILLEM**.
Repas tirés des sacs au café "La Chope" à **HONDSCHOOTE**.
Rens : Josette **DEVOS** et Daniel **LEMAIRE** -03-28-24-30-03 -07-89-23-92-11



Co-voiturage: 8h15 - 2€

SAMEDI 3 DECEMBRE 2016 - DANS LA CAMPAGNE D'YPRES



Rando en boucle de 10 Km.
Départ : 14h00, parking de la gare de **YPRES**.
Rens : Nicole **MILLE** et Patrick **DUCROQUET** -07-82-91-23-70



Co-voiturage: 12h45 - 3€

DIMANCHE 4 DECEMBRE 2016 - À LA DÉCOUVERTE DES CHAPELLES EN PASSANT PAR LES MOULINS



Rando en boucle de 21 Km.
Départ : 9h30, parking de l'église de **STEENVOORDE**.
Repas tirés des sacs au café "In Het Brouwershop" à **WATOU**.
Rens : Janine et Jean **THOREL** -06-50-65-10-41



Co-voiturage: 8h40 - 2€



VENDREDI 9 DECEMBRE 2016 - (1)-

Départ : 9h30, parking du Fort Vallières à **COUDEKERQUE-VILLAGE** (durée 1h30).
Rens : Bernard **LECOESTER** -06-52-01-14-26

SAMEDI 10 DECEMBRE 2016 - D'UNE MOTTE À L'AUTRE



Rando en boucle de 9 Km.
et rando-douce de 6 Km.
Départ : 14h00, parking de l'église de **LEDERZEELE**.
Rens : Georgette et René **KERCKHOVE** -06-32-30-12-51

Co-voiturage: 13h15 - 2€

DIMANCHE 11 DECEMBRE 2016 - DE LA MONTAGNE À LA PLAINE



Rando en boucle de 20 Km

Départ : 9h30, parking rue de l'Aa à WATTEN.

Repas tirés des sacs au café-rando "le Marais Flamand" à NIEURLET

Possibilité d'avoir de la soupe -1,80€ (commande au départ de la randonnée)

Rens : Maryvonne et Jean Pierre CAZENAVE -06-82-22-33-87



Co-voiturage: 8h30 - 2€

JEUDI 15 DECEMBRE 2016 - **Dernier délai pour les envois** de propositions de randonnées par les divers organisateurs pour les mois de février à mai 2017 inclus.

Merci de respecter cette date et de faire les envois à :

Jean-Pierre CAZENAVE : 517 Av^{ue} de Rosendaël 59240 - DUNKERQUE tél: 03-28-27-33-98

mail : jpcazenave@nordnet.fr

SAMEDI 17 ET DIMANCHE 18 DECEMBRE 2016 - **MARCHÉ DE NOËL À LIÈGE**
(Cf. p.6-7)



VENDREDI 23 DECEMBRE 2016

Départ : 9h30, parking du Fort Vallières à COUDEKERQUE-VILLAGE (durée 1h30).

Rens : Bernard LECOESTER -06-52-01-14-26

VENDREDI 23 DECEMBRE 2016 - **AUTOUR DU LAC**

Rando-douce de 2h pour maintenir la forme.

Départ : 14h30, parking de la base de voile du Puythouck à GRANDE-SYNTHE.

Rens : Bernard LECOESTER -06-52-01-14-26



TREVE DES CONFISEURS

**Bonnes fêtes de fin d'année à tous
et meilleurs vœux pour 2017**



VENDREDI 6 JANVIER 2017

Départ : 9h30, parking du Fort Vallières à COUDEKERQUE-VILLAGE (durée 1h30).

Rens : Bernard LECOESTER -06-52-01-14-26

VENDREDI 6 JANVIER 2017 - *CIRCUIT DE L'HÔPITAL MARITIME*

Rando-douce de 2h pour maintenir la forme.

Départ : 14h30, parking de la Ferme Nord à ZUYDCOOTE.

Rens. : Bernard LECOESTER -06-52-01-14-26

SAMEDI 7 JANVIER 2017 - *DU GIBET AU PARADIS*

Rando en boucle de 11 Km.

Départ : 14h00, à l'église de CAESTRE.

Rens : Nicole MILLE et Patrick DUCROQUET -07-82-91-23-70



Co-voiturage: 13h10 - 3€

DIMANCHE 8 JANVIER 2017 - *FÊTONS LES ROIS À VOLCKERINCKHOVE*

RdV pour tous sur le parking de "l'Herberge in d'Hope" 60 rue principale à VOLCKERINCKHOVE.

9h30 : départ d'une randonnée en boucle de 11 à 12 Km.

10h00 : départ d'une marche nordique (prévoir les Pads).

12h15 : RdV pour les non-randonneurs/marcheurs du matin pour partager repas et galettes.

12h30 : repas tirés des sacs ou servis à table

(8€ boissons en sus - galettes et cidre sont offerts par l'association).

14h30 : départ d'une rando-douce de 5 Km : "à la découverte du village patrimoine" (visite guidée et commentée).

Rens : René KERCKHOVE -06-32-30-12-51 Claude CANESSE -06-86-49-12-88

Inscription **obligatoire pour tous** avant le 3 janvier 2017 auprès de

Bernard LECOESTER 25 rue Emile Zola 59245 Leffrinckoucke -06-52-01-14-26 lecoesterb@sfr.fr

→ Bulletin d'inscription à la fin de ce programme (à découper ou recopier)



Co-voiturage: 8h30 - 2€

SAMEDI 14 JANVIER 2017 - *LE CIRCUIT DU ROSSIGNOL*

Rando en boucle de 8 Km.

Départ : 14h00, Centre des visiteurs de Nachtegaal à LA PANNE.

Rens : Micheline et Patrick DEVREAU -06-73-56-25-55



Co-voiturage: 13h15 - 2€

**DIMANCHE 15 JANVIER 2017 - *À LA RECHERCHE DE LA LÉGION D'HONNEUR
ET DU PERROQUET VERT !!!...***



Rando en boucle de 20 Km.

Départ : 9h30, parking de l'église de WEST-CAPPEL.

Repas tirés des sacs au café-rando "Au Tilleul" à BAMBECQUE.

Rens : Marie-Christine et Yves BOULANGER -03-28-69-58-21 -06-65-52-18-80

Co-voiturage: 8h40 - 2€

VENDREDI 20 JANVIER 2017

Départ : 9h30, parking du Fort Vallières à **COUDEKERQUE-VILLAGE** (durée 1h30)

Rens. : **Bernard LECOESTER** -06-52-01-14-26

VENDREDI 20 JANVIER 2017 - ET SI ON SE FAISAIT UNE DIGUE



Rando-douce de 2h pour maintenir la forme.

Départ : 14h30, parking de la patinoire à **DUNKERQUE**.

Rens. : **Bernard LECOESTER** -06-52-01-14-26

SAMEDI 21 JANVIER 2017 - LA BOUCLE DES CHAMPS

Rando en boucle de 10 Km.

Départ : 14h00, à l'église de **STEENE**.

Rens : **Josette DEVOS** et **Daniel LEMAIRE** -03-28-24-30-03 -07-89-23-92-11



Co-voiturage: 13h30 - 2€

DIMANCHE 22 JANVIER 2017 - PONTS ET PASSERELLES

Rando en double boucle de 17 Km.

Départ : 10h00 et 13h30, place de la Libération près de l'Hôtel de Ville de **MERVILLE**.

Repas tirés des sacs au café "Le Turfiste" à **MERVILLE**.

Rens : **Janine et Jean THOREL** -06-50-65-10-41



Co-voiturage: 8h45 et 12h15 - 5€

SAMEDI 28 JANVIER 2017 - LE SENTIER DU BOIS GREFFIER

Rando en boucle de 12 Km.

Départ : 14h00, à l'église de **FLÊTRE**.

Rens : **Nicole MILLE** et **Patrick DUCROQUET** -07-82-91-23-70



Co-voiturage: 13h10 - 3€

DIMANCHE 29 JANVIER 2017 - LES NOUVELLES TERRES

Rando en boucle de 19 Km.

Départ : 10h00, à l'église de **DRINCHAM**.

Repas tirés des sacs au café-rando "Le Lion des Flandres" à **LOOBERGHE**.

Rens : **Micheline et Patrick DEVREAU** -06-73-56-25-55



Co-voiturage: 9h20 - 2€

31^{ème} ASSEMBLEE GENERALE

Cette A.G. aura lieu le **samedi 4 mars 2017 à 17h00.**

L'ordre du jour de l'A.G et l'organisation de la fin d'après-midi vous seront précisés dans le prochain calendrier.

WEEK-END : "MARCHÉ DE NOËL À LIÈGE"

SAMEDI 17 ET DIMANCHE 18 DECEMBRE 2016

(organisé par Chantal et Henri RENNE)



Samedi 17 :

6h30 : départ du parking de la patinoire de Dunkerque en autocar (pas de ramassage sur Lille).

Le matin : visite guidée à pied du centre historique.

Le midi prévoir pique-nique pris à l'auberge (possibilité de boissons sur place).

Début d'après-midi libre dans le marché de Noël.

16h30 : rendez-vous à l'auberge pour un circuit en car dans la ville illuminée.

19h00 : repas pris à l'auberge.

Dimanche 18 :

9h30 : départ pour une randonnée d'environ 15 Km à l'assaut des coteaux de la citadelle (prévoir des bâtons).

Le midi : repas en plein air, prévoir le pique-nique et les boissons.

Entre 16h00 et 17h00 : départ pour Dunkerque (arrivée aux alentours de 21h00).

Rappel :

Logement en auberge de jeunesse en chambres de 4 personnes (seuls les draps sont fournis)

Prix approximatif **65€** par personne comprenant : le transport en car, les visites, la nuitée, le repas du samedi soir (sans les boissons), le petit déjeuner du dimanche.

En fonction de la météo, le programme est susceptible d'être modifié

Clôture des inscriptions 30 septembre 2016.

Chantal et Henri RENNE -Tél : 03.21.27.41.11 / 07.86.67.49.37

WEEK-END "ENTRE TERRE ET MER"

SAMEDI 22 ET DIMANCHE 23 AVRIL 2017

(organisé par Catherine et Jean Luc FERYN)



samedi 22

Départ de Dunkerque avec les véhicules particuliers (covoiturage 5€).

Rendez-vous sur la place d'**AUDINGHEM** (62) à 10h précises (parking derrière l'église).

Départ de la randonnée en boucle de 20Km.

Repas tirés des sacs en plein air, pique-nique à prévoir (y compris les boissons).

Après la randonnée départ en voiture vers **AMBLETEUSE**.

A **AMBLETEUSE** installation à l'hôtel 3* pour le repas du soir (boissons incluses), la nuit et le petit déjeuner (formule buffet)

- chambres doubles ou twin de 2 personnes
- salle d'eau avec douche ou bain, lavabo et WC (draps de bain, serviettes et gel douche fournis).
- télévision avec chaînes françaises et étrangères
- plateau de courtoisie avec café et thé issus du commerce équitable et bouteille d'eau
- wifi gratuit

dimanche 23

Après le petit déjeuner retrait du pique-nique (en option pour 9€. À réserver à l'inscription).

Départ de l'hôtel vers 9h00 en voiture pour **WISSANT**.

Départ de la randonnée en boucle de 20Km. Pique-nique tiré des sacs en plein air.

A la fin de la randonnée dispersion des participants pour retour vers leurs domiciles.

Tarif : **81€**/ personne maxi (hors pique-nique et transport).

Nombre de participants : 30 maximum.

Inscription par couple ou binôme, dès réception du formulaire en ligne avec confirmation immédiate par chèque d'acompte de **50€** libellé à l'ordre des RPP et envoyé à Catherine et Jean Luc FERYN au :

5 rue Danton 59240 Dunkerque (encaissement le 31/12/2016).

Tél : 06.77.49.90.62 - 06.70.27.98.81 - 03.28.69.68.28

Paiement du solde 1 mois avant le départ (encaissement à réception).

Le lien pour accéder au formulaire en ligne sera diffusé par courriel aux adhérents à jour de leur adhésion en parallèle à la diffusion du 3^{er} programme 2016.

LONGS SEJOURS



DU DIMANCHE 11 AU DIMANCHE 18 JUIN 2017

"AUTOUR DE FONTAINEBLEAU"

(Organisé par Edith CHAUSSY et Claudine MABILLE)

Ce séjour est ouvert aux adhérents des Randonneurs du Plat Pays, titulaires de la licence FFRP 2017.

Il aura lieu à LA CHAPELLE LA REINE située à 360Km environ de Dunkerque.

Les dates : du dimanche 11 juin après-midi au dimanche 18 juin après le petit déjeuner.

Hébergement : au gîte d'étape "FontaineblHostel"

14 place de la République 77760 La Chapelle La Reine (à 13Km de Fontainebleau).

Formule "confort basique" en chambres de 3 à 4 personnes avec douche et sanitaire. Linge de toilette non fourni. Lits faits à l'arrivée avec des couettes.

Remarque : dans le cas de lits superposés seuls les lits du bas sont utilisés.

Coût estimé du séjour : 390€ par personne en **semi-pension**. Assurance annulation comprise.

Hors coût du trajet aller-retour jusque La Chapelle La Reine.

Les petits déjeuners sont pris sur place. Les pique-niques du midi sont à la charge de chacun. Les repas du soir sont pris dans des restaurants sur place ou à proximité.

Activités : 6 journées de randonnées avec visites pour découvrir les environs de Fontainebleau.

Notamment : Moret-sur-Loing, Milly-La-Forêt, Thomery, Barbizon, villages qui ont tous attiré de nombreux artistes. Larchant connu pour son sable blanc très pur et ses rochers d'escalade...

Un programme détaillé sera communiqué dans le prochain calendrier.

Nombre de participants : 15 à 20 personnes

Pré-inscription :

à compter du 1^{er} novembre 2016 de préférence par courriel adressé à jped.chaussy@gmail.com

Cette pré-inscription sera matérialisée par le dépôt d'un chèque de **pré-réservation** de 150€ libellé à l'ordre des **Randonneurs du Plat Pays** et adressé à :

Edith CHAUSSY 430 rue de Douvres 59240 Dunkerque tél : 03.28.69.15.68 - 06.81.42.15.82

Autre contact pour des renseignements concernant les randonnées : Claudine MABILLE

06.03.98.06.63

Réunion d'information et confirmation d'inscription : mercredi 18 janvier 2017 à 18h00

à la Maison de la Vie Associative Terre-Plein du Jeu de Mail Dunkerque.



"LA VALLÉE DE L' YONNE"

(Organisé par Janine et Jean THOREL)

Ce séjour est ouvert aux adhérents des Randonneurs du Plat Pays, titulaires de la licence FFRP 2017.

Il aura lieu à "Ancien relais de poste" 1, rue de l'Orme 89500 ARMEAU (située à 430Km de Dunkerque).

Les dates : du dimanche 1^{er} après-midi au dimanche 8 octobre 2017 après le petit déjeuner.

Hébergement : Village vacances **CAP France** à ARMEAU.

Formule en chambres pour 2 personnes avec sanitaires privés, lits faits à l'arrivée, linge de toilette fourni et changé en cours de séjour.

Coût estimé du séjour : 490€ par personne en **pension complète**. Assurance annulation comprise.

Hors coût du trajet aller-retour jusqu' Armeau.

Restauration de qualité, les plats bourguignons seront à l'honneur notamment lors d'une soirée bourguignonne avec escargots, coq au vin...

Selon le programme de la journée, déjeuner pris à table ou sous forme de pique-nique en buffet (sacs isothermes, barquettes, couverts fournis).

Activités : 4 journées et 2 demi-journées de randonnées.

Visites guidée du château de Guédelon, de l'escargotière du village (dégustation accompagnée de chablis)...

Soirées festives

Un programme détaillé sera communiqué dans le prochain calendrier.

Nombre de participants : 20 à 30 personnes.

Conditions d'inscription, informations diverses dans le prochain calendrier.

-(1)-

Rando Santé

Depuis le 4 avril 2014, les Randonneurs du Plat Pays ont obtenu le label **Rando Santé**.

Qu'est-ce que ce label ?

Rando Santé est une marque déposée à l'INPI. La commission médicale a créé cette appellation spécifique qui garantit aux utilisateurs, aux prescripteurs et aux acteurs de la santé, un niveau de sécurité en matière de santé. Cette spécificité assure une reconnaissance légitime auprès de tous.

Elle est délivrée par le Groupe **Rando Santé** et confère à l'association, qui satisfait au cahier des charges, un gage de sécurité en matière de sport santé.

Vous trouverez ces informations sur le site fédéral ainsi qu'un clip vidéo Rando Santé à l'adresse suivante :

<http://www.ffrandonnée.fr/185/rando-sante-concept.aspx>

LE COVOITURAGE, Mode d'emploi -RAPPEL-



Le budget transport est de plus en plus conséquent lors des sorties pour les adhérents.

Le Conseil d'Administration des RPP propose une organisation de covoiturage de proximité afin de partager les coûts des déplacements dès la rentrée sportive de septembre 2014.

C'est aussi l'occasion d'installer de la convivialité avant la randonnée ... et de faire un geste pour l'environnement.

Ce covoiturage est fait sur la base du volontariat et n'est aucunement imposé.

L'animateur précise lors de l'inscription de sa randonnée au calendrier deux rendez-vous, l'un sur le lieu de départ de la randonnée, l'autre sur le parking du stade Tribut à Dunkerque ainsi que le montant du covoiturage établi selon quatre zones de parcours (ci-joint carte).

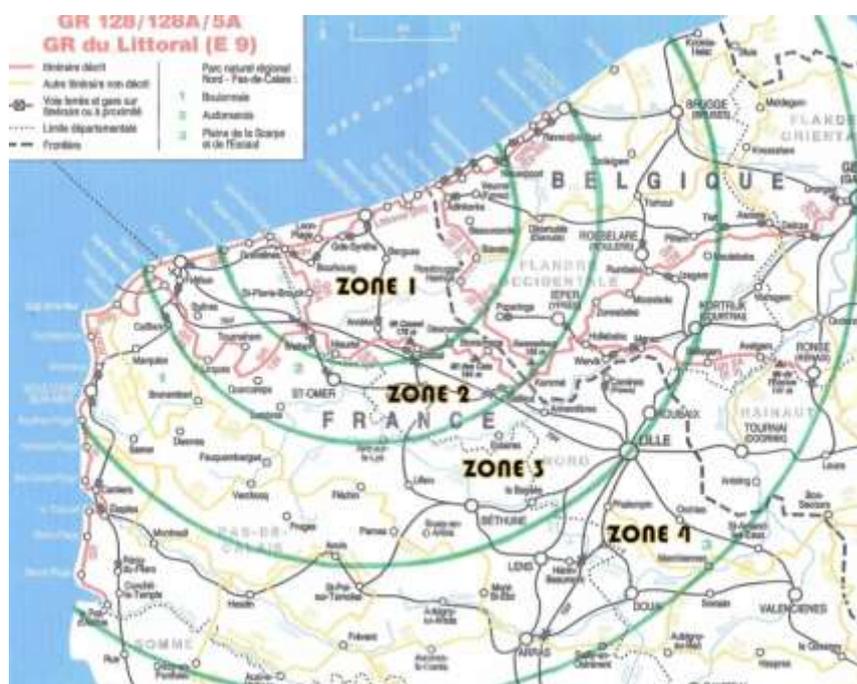
Il convient de prévoir l'appoint afin de régler le chauffeur dès le départ.

La participation demandée par le chauffeur sera la même pour chaque passager quel que soit le nombre de passagers dans son véhicule.

Le chauffeur qui accepte des passagers s'engage à ne pas réclamer une somme supérieure à celle indiquée ci-dessous.

L'association « Les Randonneurs du Plat Pays » ne peut en aucun cas être tenue pour responsable s'il n'y a pas de véhicule disponible pour le covoiturage.

| Grille de tarification et zonage | | |
|--|-------|--------------------|
| Villes et localités Repères délimitant les zones | Zones | Tarif par personne |
| Nieuwpoort Steenvoorde Les Hemmes de Marck | 1 | 2.00 € |
| Oostende Kemmel-Bailleul Aire-sur-la-Lys Caffiers Sangatte | 2 | 3.00 € |
| Brugge Lille - Roubaix – Tourcoing Béthune Equihen-Plage | 3 | 5.00 € |
| Gand Marchiennes Arras Auxi-le-Chateau Le Pas d'Authie | 4 | 8.00 € |





DEN LEEUW VEILLE SUR LA FLANDRE
(Pitgam juin 2015)

CONDITIONS PARTICULIERES

- Seuls, les membres de l'Association, **à jour de leur cotisation**, bénéficient d'une assurance annuelle « responsabilité civile ».
- Pour les **nouveaux** randonneurs non licenciés, l'Association autorise leur participation à 2 sorties maximum, **à titre d'essai**. Le paiement de la cotisation est ensuite obligatoire.
- Coût de l'adhésion (licence FFRP + assurance RC) : 40,00 Euros (année 2016).
(licence familiale) : 80,00 Euros (année 2017).
- Renouvellement des licences **dès septembre**. Les adhérents n'ayant pas renouvelé leur licence **au plus tard le 15 septembre**, n'auront plus accès aux activités de l'Association.
- Les activités avec « prestations payantes » et la « Marche Nordique » ne sont accessibles qu'aux seuls adhérents en possession de leur licence.
- Pour les séjours, les réservations ne seront considérées comme fermes qu'après versement d'un acompte.

IMPERATIF !

Tous les **chèques**, libellés à l'ordre des « Randonneurs du Plat Pays » et accompagnés de la **feuille d'inscription et du certificat médical** doivent être adressés à :

Béatrice LAMBRECHT – 633 Brd de la République Résid. Germinal App^t 6 - 59240 - DUNKERQUE.

Pour tout savoir sur notre association, visitez notre BLOG

<http://www.leblogdesrpp.canalblog.com/>



Bulletin d'inscription
à retourner avant le 3 janvier 2017 à
Bernard Lecoester 25 rue Emile Zola 59245 Leffrinckoucke

M., Mme, Mlle :..... **tél :**.....

Inscrit personne(s) avec la formule suivante : -pique-nique (0€)

[entourer la formule choisie]

-repas : joue de porc (8€)

ou

Poulet rôti (8€)

ci-joint chèque de A l'ordre des RPP

[NB : boissons à la charge des participants - galettes et cidre offerts par l'association]