

## BALADES ET RANDONNEES - Février

DATES		LIEUX	RESPONSABLES
Dimanche 02-13h	1/2 Journée	<b>Valmestroff</b> rdv parking du temple à Thionville	Guy Obrecht
Mercredi 05-14h	Découverte	<b>Koenigsmacker</b> rdv parking de l'école maternelle « les crayons magiques » avec repas au restaurant Du Carrefour à 12 h	Marc Koch
Mercredi 05-14h	Rando	<b>Yutz</b> rdv parking à l'arrière de L'Amphy	Daniel Bietzer
Mercredi 05-14h	Fontoy	<b>Fontoy</b> rdv parking place des fêtes	Norbert Guélen
Samedi 08-14h	Rando	<b>Fontoy</b> rdv parking place des fêtes	Guy Obrecht
Dimanche 09-14h30		<b>Assemblée Générale</b> Veymerange Espace Multifonctionnel	Le comité
Lundi 10-18h	Marche nocturne	<b>Manom</b> rdv parking du gymnase 10 rue de Garche avec gilet fluorescent et lampe frontale	Marc Koch Alain Dedenon Bernard Junk
Mercredi 12-14h.	Découverte	<b>Neufchef</b> rdv parking de la mairie	Bernard Junk
Mercredi 12-14h	Rando	<b>Cattenom</b> rdv parking du stade de foot	Philippe Pierson
Mercredi 12-14h	Fontoy	<b>Fontoy</b> rdv parking place des fêtes	Véronique Aubertin
Dimanche 16-13h	1/2Journée	<b>Contz les Bains</b> rdv parking du temple à Thionville	Marie-Christine Barnier
Mercredi 19-14h	Découverte	<b>Merchweiler</b> rdv parking de la chapelle de la Paix	Josiane Lucas
Mercredi 19-14h	Rando	<b>Angevillers</b> rdv parking de la mairie	Norbert Guelen
Mercredi 19-14h	Fontoy	<b>Fontoy</b> rdv parking place des fêtes	René Hoffmann
Dimanche 23-13h	1/2 journée	<b>Puttelange les Thionville</b> rdv parking du temple à Thionville	Gérard Sorèze
Mercredi 26-14h	Découverte	<b>Volmerange les Mines</b> rdv parking des pompiers	Alexandra Hym
Mercredi 26-14h	Rando	<b>Dudelage Lux.</b> rdv parking du Boulodrome	Richard Comte
Mercredi 26-14h	Fontoy	<b>Avril</b> rdv parking stade de foot	Gilbert Gaspard

## MARCHES NORDIQUES - Février

DATES	LIEUX	Niv	RESPONSABLES
Samedi 01-14h.	<b>Roussy le Village</b> rdv parking des écoles	2	Michèle et Alain Paro
Dimanche 02-09h.	<b>Ilange</b> rdv parking de la salle polyvalente	2	Sylvie Stein
Mardi 04-09h.	<b>Cattenom</b> rdv 2ème parking du Mirgenbach	2	Régis Lequesne
Jeudi 06-09h.	<b>Basse-Ham</b> rdv parking de la salle polyvalente	1	Pascale Smerd
Jeudi 06-09h.	<b>Fontoy</b> rdv parking au monument des fusillés	3	Sylvie Stein
Vendredi 07-09h.	<b>Yutz</b> rdv parking du Décathlon	SP	Pascal Dubouchet
Samedi 08-14h.	<b>Fameck</b> rdv parking rue du Moulin	2	Jean-Marc Hoffmann
Dimanche 09-14h30	<b>Assemblée Générale</b> Veymerange espace multifonctionnel		Le comité
Mardi 11-09h.	<b>Volkrange</b> rdv parking extérieur au château	2	Véronique Aubertin
Jeudi 13-09h.	<b>Manom</b> rdv parking François Captien	1	Daniel Lafarge
Jeudi 13-09h.	<b>Basse-Ham</b> rdv parking N°1 du centre nautique	3	Marie-Christine Barnier
Vendredi 14-09h	<b>Yutz</b> rdv parking du Décathlon	SP	Michèle et Alain Paro
Samedi 15-14h	<b>Zoufftgen</b> rdv parking de la mairie	2	Régis Lequesne
Dimanche 16-09h	<b>Thionville</b> rdv à l'entrée du camping municipal	2	Marie-Christine Barnier
Mardi 18-09h	<b>Gavisse</b> rdv parking de l'église	2	Régis Lequesne
Jeudi 20-09h	<b>Soetrich</b> rdv parking du stade de foot	1	Pascale Smerd
Jeudi 20-09h	<b>Beuvange sous St Michel</b> rdv parking de la chapelle	3	Pascal Dubouchet

Suite Marche Nordique Février

C'est votre guide qui donne l'ordre de traverser ou pas une route



## MARCHES NORDIQUES - suite Février

DATES	LIEUX	NIV	RESPONSABLE
Vendredi 21-09h	<b>Yutz</b> rdv parking du Décathlon	<b>SP</b>	Michèle et Alain Paro
Vendredi 21-18h30	<b>Guentrange</b> rdv parking du stade	<b>2</b>	Daniel Lafarge
Samedi 22-14h	<b>Haute-Kontz</b> rdv parking de l'église	<b>2</b>	Susi Jantzem
Dimanche 23-09h	<b>Manom</b> rdv parking du gymnase	<b>2</b>	Susi Jantzem
Mardi 25-09h	<b>Beuvange sous Justemont</b> rdv parking de l'abbaye	<b>2</b>	Jean-Marc Hoffmann
Jeudi 27-09h	<b>Basse-Ham</b> rdv parking de la salle polyvalente	<b>1</b>	Marie-Jo Lafarge
Jeudi 27-09h	<b>Algrange</b> rdv parking de l'Étincelle	<b>3</b>	Sylvie Stein
Vendredi 28-09h	<b>Yutz</b> rdv parking du Décathlon	<b>SP</b>	Pascale Smerd
Initiation	Prendre rdv avec Pascal Dubouchet		Tél: 06 31 61 02 27

### Les règles pour réussir sa randonnée

- 1 Choisissez un parcours à votre niveau.
- 2 Ayez un équipement adapté et apprenez à vous en servir. Munissez-vous d'une trousse de premier secours, d'une couverture de survie, d'un sifflet, de boisson et de nourriture en quantité suffisante. Alimentez-vous correctement avant de partir.
- 3 En cas d'alerte météo orange, abandonnez toutes sorties.
- 4 Ne partez pas seul.
- 5 Prévenez quelqu'un de votre itinéraire et de l'heure approximative de votre retour.
- 6 Tenez compte du balisage et de la signalisation existante.
- 7 Sachez faire demi-tour en cas de difficultés ou de dégradation des conditions météo.
- 8 Vous êtes témoin d'un accident : Réagissez efficacement pour protéger, alerter et secourir.
- 9 En urgence faites le 112 et donnez votre point GPS depuis votre mobile.