

BALADES ET RANDONNEES Août

DATES		LIEUX	RESPONSABLES
Dimanche 04-08h	Journée	Larochette Lux. Rdv parking du temple à Thionville RTDS	Guy Obrecht
Mercredi 07-09h	Découverte	Sierck-les-Bains rdv parking de la gare	Marc Koch
Mercredi 07-09h	Rando	Boulangé rdv parking du cimetière rue des Ecoles	Alain Dedenon
Mercredi 07-09h	Fontoy	Avril rdv parking du stade de foot	Gilbert Gaspard
Dimanche 11-08h	Journée	Valmunster rdv parking du temple à Thionville RTDS	Marie-C Barnier
Mercredi 14-09h	Découverte	Rochonvillers rdv parking de l'église	Alain Dedenon
Mercredi 14-09h	Rando	Escherange rdv parking de la mairie	Philippe Pierson
Mercredi 14-09h	Fontoy	Fontoy rdv parking place des fêtes	René Hoffmann
Dimanche 18-08h	Journée	Sarrelouis All. rdv parking du temple à Thionville RTDS	Gérard Sorèze
Mercredi 21-09h.	Découverte	Koenigsmacker rdv parking de la mairie	Marc Koch
Mercredi 21-09h	Rando	Montrequienne rdv parking de la chapelle St Laurent rue Jean Burger	Daniel Bietzer
Mercredi 21-09h	Fontoy	Fontoy rdv parking place des fêtes	Véronique Aubertin
Dimanche 25-08h	Journée	Sitzerath All. rdv parking du temple à Thionville RTDS	Guy Obrecht
Mercredi 28-09h	Découverte	Talange rdv parking place des fêtes	Alexandra Hym
Mercredi 28-09h	Rando	Rémich Lux. rdv parking de la piscine	Dominique Picazo
Mercredi 28-09h	Fontoy	Avril rdv parking du stade de foot	Gilbert Gaspard

MARCHES NORDIQUES - Août

DATES	LIEUX	Niv	RESPONSABLES
Jeudi 01-09 h.	Yutz rdv parking de la MJC	1	Pascal Dubouchet
Jeudi 01-09h.	Apach rdv parking du cimetière	3	Marie-Christine Barnier
Vendredi 02-09h.	Yutz rdv parking du Décathlon	SP	Michèle et Alain Paro
Samedi 03-14h.	Soetrich rdv parking du terrain de foot	2	Véronique Aubertin
Dimanche 04-9h	Roussy le Village rdv parking de covoiturage Dodenom	2	Michèle et Alain Paro
Mardi 06-09h.	Basse-Ham quartier St Louis rdv parking de l'Ehpad	2	Sylvie Stein
Jeudi 08-9h.	Soetrich rdv parking du stade de foot	1	Pascale Smerd
Jeudi 08-09h.	Oeuzeville rdv parking de l'église	3	Pascal Dubouchet
Vendredi 09-09h.	Yutz rdv parking du Décathlon	SP	Sylvie Stein
Vendredi 09-18h30	Guentrange rdv parking du stade	2	Marie-Christine Barnier
Samedi 10-14h.	Nilvange rdv parking du stade de foot rue Mendès France	2	Jean-Marc Hoffmann
Dimanche 11-09h	Boust rdv parking des écoles rue des bleuets	2	Pascal Dubouchet
Mardi 13-09h	Algrange rdv parking de l'Étincelle	2	Véronique Aubertin
Jeudi 15	ASSOMPTION		
Vendredi 16-09h	Yutz rdv parking du Décathlon	SP	Véronique Aubertin
Vendredi 16-18h30	Thionville rdv parking de Géric porte 1	2	Daniel Lafarge
Samedi 17-14h	Zoufftgen rdv parking de la mairie	2	Régis Lequesne
Dimanche 18-09h	Boust rdv parking des écoles rue des bleuets	2	Pascal Dubouchet

Suite Marche Nordique Août



MARCHES NORDIQUES - suite Août

DATES	LIEUX	NIV	RESPONSABLE
Mardi 20-09h.	Beuvange Justemont rdv parking de l'Abbaye	2	Jean-Marc Hoffmann
Jeudi 22-09h	Bétange rdv parking du camp de Bétange	1	Michèle et Alain Paro
Jeudi 22-09h	Koenigsmacker rdv parking de l'école maternelle les « Crayons magiques » rue du stade	3	Régis Lequesne
Vendredi 23-09h	Yutz rdv parking du Décathlon	SP	Daniel Lafarge
Samedi 24-14h	Hettange-Grande rdv parking du collège	2	Pascal Dubouchet
Dimanche 25-09h	Elange rdv parking face au parcours de santé	2	Régis Lequesne
Mardi 27-09h	Volkrange rdv parking extérieur au château	2	Michèle et Alain Paro
Jeudi 29-09h	Cattenom rdv 2ème parking du Mirgenbach	1	Marie-Jo Lafarge
Jeudi 29-09h	Marche longue avec RTDS Kanfen rdv parking de l'église St Maurice		Sylvie Stein
Vendredi 30-09h	Yutz rdv parking du Décathlon	SP	Daniel Lafarge
Samedi 31-14h	Angevillers rdv au chalet du CV Bois de la Côte	2	Pascal Dubouchet
Initiation	Prendre rdv avec Alain Dedenon		Tél: 06 45 76 24 32

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. Alimenter-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.