

## BALADES ET RANDONNEES - Février

DATES		LIEUX	RESPONSABLES
Mercredi 01-14 h	Découverte	<b>Elzange</b> rdv parking de l'église	Marc Koch
Mercredi 01-14 h	Vitale	<b>Havange</b> rdv parking de l'église	Dominique Picazo
Mercredi 01-14 h	Fontoy	Fontoy parking place des fêtes	Norbert Guelen
Dimanche 05 -13 h	1/2 Journée	<b>Ellange Gare</b> Lux rdv parking du temple à Thionville.	Guy Obrecht
Lundi 06- 18 h	Découverte	<b>Manom</b> rdv parking du gymnase Marche nocturne se munir d'un gilet fluo et d'une lampe frontale	Marc Koch Alain Dedenon
Mercredi 08 -14 h	Découverte	<b>Garche</b> rdv parking de la mairie annexe	Noël Uriot
Mercredi 08 -14 h	Vitale	<b>Elange</b> rdv parking face au parcours de santé	Philippe Pierson
Mercredi 08 -14 h	Fontoy	Fontoy parking place des fêtes	René Hoffmann
Dimanche 12 -14 h		<b>Assemblée générale du Club Vosgien de Thionville et Environs</b> à l'espace multifonctionnel de Veymerange	Le comité
Mercredi 15-14 h	Découverte	<b>Terville</b> rdv place de la Convention	Alain Dedenon
Mercredi 15-14 h	Vitale	<b>Zoufftgen</b> rdv à la maison forestière	Richard Comte
Mercredi 15-14 h	Fontoy	Avril parking stade de foot	Gilbert Gaspard
Dimanche 19 -13 h	1/2 Journée	<b>Boust</b> Usselskirch rdv parking du temple à Thionville	Marie-C. Bamier
Mercredi 22 -14 h.	Découverte	Cattenom rdv au 2ème parking du Mirgenbach	Bernard Junck
Mercredi 22 -14 h	Vitale	<b>Ranguevaux</b> rdv parking Fond du Berger	Daniel Bietzer
Mercredi 22 -14 h	Fontoy	Fontoy parking place des fêtes	Véronique Aubertin
Dimanche 26 -13 h	1/2 Journée	<b>Soetrich</b> rdv parking du temple à Thionville.	Guy Obrecht

## MARCHES NORDIQUES - Février

DATES	LIEUX	Niv	RESPONSABLES
Jeudi 02-9h.	<b>Basse-Ham</b> parking de la salle polyvalente	1	Pascale Smerd
Jeudi 02-9h	<b>Fameck</b> rue des chênes	3	Régis Lequesne
Vendredi 03-9h.	<b>Yutz</b> parking Décathlon	S.P	Evelyne Hunault
Vendredi 03-18h30	<b>Guentrange</b> parking du stade	2	Marie-C Barnier
Samedi 04-14h.	<b>Hettange-Grande</b> parking du collège	2	Pascal Dubouchet
Dimanche 05-9h	<b>Garche</b> parking chemin de la chénaie	2	Pascal Dubouchet
Mardi 07-9h.	<b>Guénange</b> parking collège René Cassin	2	Alain et Sylvie Dedenon
Jeudi 09-9h.	<b>Garche</b> parking du cimetière	1	Marie-Jo Lafarge
Jeudi 09-9h.	<b>Kédange sur Canner</b> parking de la mairie	3	Régis Lequesne
Vendredi 10-9h.	<b>Yutz</b> parking Décathlon	S.P	Solange Leick
Vendredi 10-18h30	<b>Terville</b> parking de la mairie + restaurant	2	Alain et Sylvie Dedenon
Samedi 11-14h.	<b>Garche</b> chemin de la chénaie	2	Daniel Lafarge
Dimanche 12-14h	<b>Assemblée générale du Club Vosgien de Thionville et Environs</b> rdv à l'espace multifonctionnel de Veymerange		Le comité
Mardi 14-9h	<b>Garche</b> parking du cimetière	2	Pascal Dubouchet

Suite Marche Nordique Février



## MARCHES NORDIQUES - suite Février

DATES	LIEUX	NIV	RESPONSABLE
Jeudi 16-9h	<b>Manom</b> parking du gymnase	1	Alain et Sylvie Dedenon
Jeudi 16-9h		3	
Vendredi 17-9h	<b>Yutz</b> parking Décathlon	S.P	Pascale Smerd
Vendredi 17-18h30		2	
Samedi 18-14h	<b>Boust</b> parking les étangs	2	Solange Leick
Dimanche 19-9h		2	
Mardi 21-9h	<b>Bétange</b> parking camp de Bétange	2	Michèle et Alain Paro
Jeudi 23-9h	<b>Terville</b> parking de la mairie	1	Evelyne Hunault
Jeudi 23-9h	<b>Oeustringe</b> parking de l'église	3	Pascal Dubouchet
Vendredi 24-9h	<b>Yutz</b> parking Décathlon	S.P	Michèle et Alain Paro
Vendredi 24-18h30	Thionville parking du Géric porte 1+resto	1	Daniel Lafarge
Samedi 25-14h	<b>Elange</b> parking face au parcours de santé	2	Pascal Dubouchet
Dimanche 26-9h	<b>Yutz</b> parking de l'Arc en Ciel	2	Susi Jantzem
Mardi 28-9h	<b>Hettange-Grande</b> parking du boulodrome	2	Susi Jantzem

**INITIATION CV. Prendre RDV avec Pascal Dubouchet 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 premiers secours, d'une couverture de survie, d'un sifflet, de boisson et vde nourriture en quantité suffisante. Alimenter-vous correctement avant de partir.
- 3 En cas d'alerte météo orange, abandonner 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.