

Randonneurs des Dunes et Bocage

Calendrier des randonnées de janvier à juin 2025

Date	Départ	Lieu du Départ	Distance	Contacts
2-01 2025		Vacances		
7-01	14h00	St Malo de la Lande Parking Communauté de Communes	8/10 km	Thérèse 06 88 01 97 64 Mireille Ange 02 33 07 28 10
9-01 Les jeudi	14h30	Tous les jeudis sauf vacances et jours fériés Randonnée courte à Gouville salle des fêtes	5-6 km	Jacky : 06 70 44 08 83
14-01	14h00	Annville Bourg	8/10 km	Thérèse 06 88 01 97 64 Janou 0680340988
21-01	14h00	St Germain sur Ay plage	8/10 km	Sylvie 06 77 15 52 17 Marie-Line 06 36 60 19 31
28-01	14h00	Gouville Parking salle des fêtes	8/10 km	Philippe 06 13 08 04 54 Thérèse 06 88 01 97 64
4-02	14h00	Lingreville bourg Parking en face du cimetière	8/10 km	Christian 06 87 55 20 02 Annick 06 86 88 84 88
11-02	14h00	St Martin d'Aubigny Etang des Sarcelles	8/10 km	Marc 07 86 33 40 01 Gérard 06 23 26 37 50
18-02	14h00	Agon (la pointe) Parking de la ferme	8/10 km	Philippe 06 13 08 04 54 Georges Francine 07 71 12 25 52
25-02	14h00	Créances Plage	8/10 km	Albert 06 33 63 54 39 Philippe 06 13 08 04 54
4-03	14h00	Gouville (mardi gras) Départ de L'Église	8/10 km	Jacky 06 70 44 08 83 Thérèse 06 88 01 97 64
11-03	14h00	Ancteville Salle Polyvalente	8/10 km	Philippe 06 13 08 04 54 Thérèse 06 88 01 97 64
18-03	14h00	Mesnilbus Église	8/10 km	Jean-Michel 06 77 05 49 86 Gérard 06 23 26 37 50
25-03	14h00	St Denis le Vétu Église	8/10 km	Gérard 06 23 26 37 50 Annick 06 86 88 84 88
01-04	14h00	Blainville Parking cimetière (Chem. des Longs Champs)	8/10 km	Arlette 06 76 57 27 95 Jacky 06 70 44 08 83
08-04	14h00	Notre-Dame-de-Cenilly Église	10/12 km	Jean-Michel 06 77 05 49 86 Annick 06 86 88 84 88
15-04	14h00	Belval Gare Salle des fêtes	8/10 km	Albert 06 33 63 54 39 Moineau 06 80 53 43 03

22-04	14h00	Ver Salle des fêtes	10/12 km	Janou 0680340988 Bernard H. 06 87 36 32 58
29-04	9h30 13h30	St Lô Parc des expositions	8/10 km 8/10 km	Janou 0680340988 Jean-Michel 06 77 05 49 86
6-05 Séjour	14h00	Coutances Bowling	10/12 km	Annick 06 86 88 84 88 Gérard 06 23 26 37 50
13-05	9h30	Cérences Parking route du lavoir	8/10 km	Christian 06 87 55 20 02 Jacky 06 70 44 08 83
20-05	9h30 13h30	St Leonard Rue des salines	10/12 km 8/10 km	Colombe Thérèse 06 88 01 97 64 Jean-Michel 06 77 05 49 86
27-05	14h00	Saussey Parking du tennis	8/10 km	Sylvie 06 77 15 52 17 Babeth 06 33 42 54 91
3-06	9h30 12h00 Après le repas	Brainville Parking dans le champ en face de la Mairie Randonnée Grillades sur réservation randonnée	8/10 km 8/10 km	Christian 06 87 55 20 02 Annick 06 86 88 84 88 Thérèse 06 88 01 97 64 Jacky 06 70 44 08 83
10-06	9h30 13h30	Jobourg Salle des fêtes	10 km 10 km	Albert 06 33 63 54 39 Gérard 06 23 26 37 50
17-06	14h00	La Baleine Église	10/12 km	Sylvie 06 77 15 52 17 Marie-Line 06 36 60 19 31
24-06	9h30 13h30	Agon-Coutainville Mare de L'Essay	8/10 km 8/10 km	Christian 06 87 55 20 02 Georges 07 71 12 25 52 Philippe 06 13 08 04 54 Thérèse 06 88 01 97 64

Il est conseillé de se présenter au moins 10 mn avant l'heure du départ

® : un raccourci est possible si la randonnée le permet et qu'il peut être encadré.

Tous les jeudis (sauf vacances et jours fériés) randonnées courtes à 14h30 au départ de la salle des fêtes de Gouville-sur-Mer. Circuit de 5 à 6 km. Responsable auprès du CA : Jacky G. 06 70 44 08 83.



Informations sur : <https://sites.google.com/site/ardb50/>

Ce calendrier peut être modifié.

Consultez notre site :

Onglet : « Documents Calendrier »

CHARTRE DU RANDONNEUR

Association « Randonneurs Dunes et Bocage » (A.R.D.B.)

Conditions d'adhésion :

Aucun critère de sélection n'est appliqué. Cependant une bonne condition physique est requise. Toute personne désirant adhérer à A.R.D.B. de Gouville-sur-Mer doit **fournir un certificat médical stipulant son « aptitude » à la pratique de la randonnée pédestre**, remplir une fiche d'inscription, et **s'acquitter d'une cotisation annuelle**.

Renouvellement :

Il se fait tous les ans à partir du mois de septembre. **Le certificat médical de non contre-indication est exigé pour chaque renouvellement de licence.**

Pratique :

A.R.D.B. ne pratique pas de randonnées de compétition. Les marches ont lieu le mardi après-midi pour des distances comprises entre 8 et 15 km, ou certains mardis, toute la journée, entre 20 à 25 km. (Voir programmes).

Discipline :

La nature est un patrimoine fragile, dont la protection demeure l'affaire de tous. C'est pourquoi, A.R.D.B. rappelle que toute personne à jour de sa cotisation, désirant participer aux activités de l'association devra se comporter en randonneur « responsable » et se conformer en tous points à la présente charte.

Matériel recommandé pour la pratique de la randonnée :

Tout participant aux randonnées de toutes distances, et en tous lieux, proposées par l'association doit prévoir un équipement et un matériel **adaptés aux caractéristiques de la randonnée programmée** (chaussures de marche, sac à dos, vêtements pratiques appropriés aux conditions météo, etc...).

Accueil :

Les enfants peuvent participer à condition d'être accompagnés par au moins un adulte qui en aura l'entière responsabilité pendant la randonnée.

Les randonneurs qui souhaitent nous rejoindre pourront participer gratuitement à deux sorties pour « essai » avant d'adhérer dans les conditions précitées. Des participants « inopinés » pourront également être accueillis gratuitement dans la limite d'une sortie dans l'année.

Dans les deux cas, randonneurs à « l'essai » et participants « inopinés », **ces personnes ne sont pas assurées à titre personnel** par le contrat fédéral qui couvre A.R.D.B. et ses adhérents licenciés.

Chiens :

Pendant les randonnées, A.R.D.B. tolère les chiens de petite taille, à condition qu'ils soient tenus en laisse près de leur maître, sous réserve de non agressivité, et de la bienveillance consentie par les autres randonneurs. Les maîtres devront être vigilants pour que leur animal ne dérange pas les animaux domestiques ou les troupeaux dans les prairies. Maîtres et chiens marcheront à l'arrière du groupe.

Sécurité :

Chaque randonneur est tenu de respecter le code de la route. Il doit se conformer aux consignes données aussi bien par l'organisateur que par l'encadrement, et ne pas prendre de risques qui pourraient apporter atteinte à sa propre sécurité, et à celle du groupe. L'animateur peut, avant, ou lors de la sortie, exclure une personne dont le comportement asocial ou dangereux est constaté par lui-même et par d'autres personnes du groupe.

Les horaires de départ des randonnées sont fixés en même temps que le lieu du rendez-vous. **L'animateur ne peut-être rendu responsable de l'heure du retour.** Le transport sur le lieu des randonnées reste sous l'entière responsabilité des adhérents.

Si météo-France envoie un message « vigilance orange » pour le jour de la randonnée, celle-ci est systématiquement annulée.

Inscriptions aux sorties extérieures :

Les inscriptions ne sont prises en compte qu'après le règlement des frais demandés, et **en cas de désistement** pour les sorties à la semaine soumises à l'assurance annulation, **les frais d'assurance ne seront pas remboursés.**

De même, pour toutes autres activités payantes, **un renoncement intervenant après la date limite d'inscription, ne pourra donner lieu à une demande de remboursement ou d'avoir d'aucune sorte.**

Respect de la nature :

Pendant les randonnées, il est **rigoureusement interdit de cueillir fleurs et fruits**, y compris sur le domaine public. De nombreuses espèces végétales sont protégées et fragiles. Pensons aussi aux autres usagers des chemins.

Divers :

Aucune propagande, politique, religieuse, ou commerciale n'est tolérée.

"les Randonneurs des Dunes et Bocage"

GOUVILLE SUR MER

Calendrier des Randonnées Pédestres De janvier à juin 2025



Falaises de Champeaux

Contact président : Tél : 02 33 45 54 75

E-mail : martine-jacky@orange.fr

Informations Site et Blogs : <https://sites.google.com/site/ardb50/>

Contact secrétaire : ardb50@gmail.com



Vous désirez organiser une randonnée sur votre secteur ou autre

N'hésitez pas à contacter Thérèse ou Christian, soit au cours des randonnées ou au :

06 88 01 97 64 - 06 87 55 20 02 - ardb50@gmail.com