

Réalisations 2022

- **Journée Rando en semaine autour d'Aubigny au Bac** le lundi 12 décembre
- **Journée Rando en semaine dans les Monts de Flandres** le lundi 21 novembre
- **Journée Rando/Estaminet à Volckerinckhove et à Esquelbecq** le vendredi 11 novembre
- **Journée Rando en semaine au Mont de l'Enclus** le lundi 17 octobre
- **Rallye des Vignobles 2022 Cyclo** Cosne-sur-Loire du 7 au 10 octobre
- **Journée Rando en semaine à Locon** le lundi 26 septembre
- **Séjour d'automne dans le Cotentin** Du 11 au 18 septembre
- **Journée Rando en semaine à Liévin** le lundi 27 juin
- **Randonnée itinérante d'une semaine en Ardèche** du Lundi 6 au dimanche 12 juin
- **Journée Rando en semaine en forêt de Saint-Amand-les-Eaux** le lundi 30 mai
- **Séjour à Cayeux** du 21 au 23 mai
- **Lille/Hardelot Cyclo** le dimanche 22 mai
- **La sortie "100 Bornes et 7 Lieues" à Terdeghem** le dimanche 15 mai
- **La "Cordillère des Flandres" Cyclo.** le Jeudi 12 mai
- **Journée Rando en semaine au Ploegsteert** le lundi 18 avril
- **Voyage Cyclo Itinérant en "Haute Marne"** du 4 au 7 avril
- **Journée Rando en semaine au départ de "Beuvry"** le lundi 21 mars
- **Séjour raquettes en Hautes-Alpes** du 30 janvier au 5 février
- **Journée Rando en semaine au départ de "Kemmel"** le lundi 17 janvier

Journée Rando en semaine autour d'Aubigny au Bac le lundi 12 décembre

Capitaines **Stéphane et Véronique M**

- une boucle de 23 km autour des marais, le long du canal de la Sensée et à travers la campagne Aubignoise et Bugnicourtoise.
- Départ de l'église d' Aubigny au Bac pour rejoindre les marais, la base de loisir d'Aubigny, un petit détour par un Menhir et les cabanes de pêcheurs autour des marais.
- Puis le long du canal de la Sensée pour rejoindre à Féchain le café "Le Chantilly" pour nous restaurer et nous désaltérer 🍺🍷🍷 .
- Après cette pause, passage par les ruelles de Fechain et le Polissoir puis retour par la campagne.

...petit aperçu de sa réalisation ...

Autres photos dans album



Journée Rando en semaine dans les Monts de Flandres le lundi 21 novembre.

Capitaines : **Marie-Paule F** et **Patricia K**

- un circuit d'environ 20/21kms.
- Nous partirons du Mont Noir pour rejoindre le Mont des Cats en passant par Berthen.
- Après avoir admiré le moulin de Boeschèpe, nous prendrons notre repas (tiré du sac) au café rando : La Maison Commune.
- Ensuite nous cheminerons en Belgique pour rejoindre le Mont Rouge puis notre point de départ
- Il y aura plusieurs possibilités pour se désaltérer.

...petit aperçu de sa réalisation ...

Autres photos dans album



Journée Rando/Estaminet à Volckerinckhove et à Esquelbecq le vendredi 11 novembre.

Capitaine **Philippe D**

- Randonnée le matin : **Autour de Sainte-Mildrède** (9,3 km) au départ de Volckerinckhove le matin,
- Randonnée l'après-midi : **Des chênes au château** (10,4 km) au départ d'Esquelbecq l'après-midi.
- Entre ces deux randonnées, nous déjeunerons au restaurant **Au bon coin** à Esquelbecq.

...petit aperçu de sa réalisation ...

Un programme spécial ce vendredi 11 novembre :

Le matin au départ de Volckerinckhove, le circuit dénommé **Autour de Sainte-Mildrède** (9,1 km) nous amenant à la limite de la Flandre maritime. Découverte d'un moulin à cheval, de la chapelle Sainte-Mildrède puis de la sorcière Zoé.

Un repas pris au restaurant **Au Bon Coin** à Esquelbecq où l'accueil fut chaleureux et la cuisine excellente. Nous partagions le restaurant avec l'association locale des anciens combattants.

L'après-midi au départ d'Esquelbecq le circuit dénommé **Des chênes au château** (10,3 km) nous faisant découvrir un paysage agricole marqué par la vallée de l'Yser.

Le tout par un temps fort agréable pour la saison. 26 participants. Capitaine: Philippe D

Autres photos dans album



Journée Rando en semaine au Mont de l'Enclus le lundi 17 octobre.

Capitaine **Philippe D**

- C'est une randonnée de 24 km et 135 m de dénivelé
- Nous longerons d'abord l'Escaut avant de rejoindre le Mont de l'Enclus (alt. 141 m)
- Nous serons accueillis au café Limoniet pour le pique-nique tiré de notre sac.
- En début d'après-midi, nous suivrons, en forêt, la frontière entre les régions Flamande et Wallonne avant de redescendre du mont et de rejoindre nos voitures.

...petit aperçu de sa réalisation ...

24 kilomètres - 16 participants. Après avoir longé l'Escaut, nous avons rejoint le Mont de l'Enclus où le café Limoniet nous attendait pour la pause pique-nique. Après une restauration copieuse (beaucoup de talents culinaires chez les randonneurs !) nous avons atteint le sommet du Mont de l'Enclus (alt. 141 m) situé en forêt, à la frontière entre les régions Flamande et Wallonne.

Puis la descente du Mont nous offrait de belles vues sur la région environnante. L'époque était propice au ramassage de châtaignes.

Quelques décorations dans les jardins nous rappelaient que nous approchions d'Halloween. Un peu de pluie en début de matinée puis un temps couvert et très doux le restant de la journée. Merci aux photographes qui ont complété l'album. Philippe D

Autres photos dan album



Rallye des Vignobles 2022 Cyclo Cosne-sur-Loire du 7 au 10 octobre.

œnologiques tribulations

...petit aperçu de sa réalisation ...

Comment ne pas tomber sous le charme de la région et de ses habitants.

Des parcours exigeants, sans répit ni repos et les magnifiques panoramas dont nous avons pris le temps de nous repaître. Des à côté, pas toujours à côté mais si bien sélectionnés par notre guide.

Des conditions météorologiques idéales, allant, c'est bien normal en cette saison, d'un glacial embrasement matinal à des températures estivales. Maurice F

Autres photos dans album



Journée Rando en semaine à Locon le lundi 26 septembre.

Capitaines **Stéphane et Véronique M**

- Ce sera une boucle de 24 km à travers la campagne et le long des canaux.
- Nous partirons de l'église de Locon pour rejoindre le canal "d'Aire à la Bassée" que nous traverserons à Beuvry pour se rendre à Bellenville
- La pause de midi se fera après avoir parcouru 14 km, à la maison de la Poésie (cession de rattrapage pour ceux qui l'ont ratée au printemps 😊). Repas et boissons tirés du sac, café et thé offerts par la maison. Attention ce n'est pas un café rando mais un lieu de culture dédié à la poésie, nous y trouverons de quoi nous installer au chaud et des toilettes mais pas de bière pression!!
- Ensuite retour par le manoir d'Estracelle et les chapelles de la Croix de Fer, puis nous rejoindrons la Lawe que nous longerons jusqu'à Locon.

...petit aperçu de sa réalisation ...

Merci Stéphane et Véronique! La météo n'était pas très engageante mais il en aurait fallu bien plus pour décourager 15 marcheurs et marcheuses pour cette boucle de 24 km de Locon à Beuvry (campagne et le long du halage du canal d'Aire-La Bassée).

Quelques averses mais au plus gros de la pluie, nous étions au chaud à la maison de la Poésie de Beuvry que nous remercions encore chaleureusement pour son accueil. Pot de fin de rando au Carrousel à Locon que nous vous recommandons.

Vous remarquerez que les fenouils poussent désormais dans le nord de la France et qu'il y a des photos du jour J et de cet été (couleur du ciel 😊).

Autres photos dans album



Séjour d'automne dans le Cotentin Du 11 au 18 septembre

Proposé par la "Coten'teams girls" (Monique , Françoise, Véronique R , Delphine)

- Séjour au **VVF de Port Bail**
- **6 jours de randonnées en étoile** entre **15 à 20km/ jour** sur les GR et PR.

...petit aperçu de sa réalisation ...

Ça y est notre séjour à la découverte du Cotentin touche à sa fin.

Belle semaine variée en paysages de bord de mer à Port Bail, les falaises du nez de Jobourg dunes de Barneville-Carteret, la forêt de Saint Sauveur, le mont de Doville sans oublier quelques visites culturelles avec le château et l'Abbaye de St Sauveur, le musée Barbey d'Aurevilly et un goûter médiéval dans un manoir ... Comme vous le voyez une semaine bien remplie.

Et le soir, certains d'entre nous ont participé à différents quizz où ils ont brillé par leur connaissance et bonne humeur 😊 Bon maintenant il va falloir remettre nos bagages dans les voitures 😊 et direction la maison. À bientôt. **Delphine pour les cotenteam' girl**



Journée Rando en semaine à Liévin le lundi 27 juin.

Capitaine **Véro R**

- Ce sera une boucle de 20 km qui partira de Liévin vers le site du 11/19 à Loos-en-Gohelle où nous grimperont sur le terril.
- Puis direction le Louvre Lens à travers la cité des Provinces et son patrimoine architectural si typique.
- Pause dans le parc du musée. Possibilité d'aller saluer le Scribe de 4000 ans qui y séjourne actuellement.
- Nous continuerons ensuite vers le verdoyant Parc des Glissoires (un petit terril également) à Avion
- Nous sortirons notre pique-nique au café de la mairie ou en plein air s'il fait très beau.
- Retour à Liévin vers notre parking par un mixte de voies vertes (le val de la Souchez, le bois de Riaumont) et de parcours citadin.

...petit aperçu de sa réalisation ...

Découverte du pays minier sur une boucle de 22km au départ de **Liévin** vers **Loos-en-Gohelle**, **Lens**, **Avion** et **Éleu-dit-Leauwette**.

Nous avons gravi le terril de Loos-en-Gohelle (l'un des plus haut d'Europe avec vue à 360° sur tout le bassin minier et les crêtes de l'Artois), visité le site du 11/19, salué le scribe du Louvre-Lens et découvert le parc des Glissoires et le GRP du bassin minier qui traverse le val de Souchez aux eaux étonnamment cristallines. Nous avons aussi apprécié l'accueil chaleureux des « bistrotiers » du Pas-de-Calais.

Autres photos dans album



Randonnée itinérante d'une semaine en Ardèche du Lundi 6 au dimanche 12 juin.

Caractéristiques de la randonnée :

- Randonnée itinérante de 5 jours/6 nuits, sans accompagnement extérieur et sans reconnaissance préalable, sur des GR et GRP
- Distances journalières entre **13 et 20 km** avec des dénivelés positifs entre **800 et 1250 mètres**
- Portage du bagage principal par taxi - Seul le sac avec les affaires du jour est à porter
- Demi-pension dans les gîtes (nuits en dortoirs)
- Pique-Nique fourni par les gîtes

...petit aperçu de sa réalisation ...

Nous avons beaucoup profité de l'Ardèche sous toutes ses formes :

La flore (callune, passiflore, etc.), la châtaigne (sirop, pâté, moelleux, miel, gâteau, bière, etc), l'habitation (quelques fois en ruine), les GR, GRP et PR bien balisés, les monuments, les gîtes et auberge, les paysages. Nous avons marché environ 80 km avec un dénivelé d'environ 4000 m sur 5 jours et sous une température qui augmentait chaque jour. Avec aussi des pauses baignade (15 à 19 degrés). Les trousse de pharmacie ont à peine servi 😊 Chacun participait en fonction de ses talents (capitanat, photo, botanique, etc.) et la ballade du RCM comporte dorénavant un couplet de plus grâce à Jean-François.

L'ambiance était au niveau de la température du coin 🤗 avec de franches rigolades 🤪.

Philippe D Un animateur comblé !

Voir les autres photos dans album



Journée Rando en semaine en forêt de Saint-Amand-les-Eaux le lundi 30 mai.

Capitaine **Philippe D**

- Pour cette randonnée à la journée, exploration la **forêt de Raismes-St Amand-Wallers** dépendant du Parc naturel régional Scarpe-Escaut.
- Le départ se fera depuis l'Abbatiale de St Amand-les-Eaux (photo) et nous longerons un moment la Scarpe canalisée avant de rejoindre la forêt pour atteindre le parc de la Porte du Hainaut, lieu de notre pose pique-nique du midi.
- L'après-midi, nous nous rendrons à l'ancienne cité minière Sabatier avant de gravir le terril du même nom (🏔️ 90 m) offrant un superbe panorama. Puis retour à St Amand-les-Eaux par la forêt (photo). Par moments, nous suivons le GR 121 ou le GRP du bassin minier du Nord-Pas-de-Calais.

...petit aperçu de sa réalisation ...

Exploration de la **forêt de Raismes-St Amand-Wallers** dépendant du Parc naturel régional Scarpe-Escaut, au départ de l'**Abbatiale** de Saint-Amand-les-Eaux (**1640**). Nous avons successivement longé la **Scarpe**, traversé la forêt jusqu'au **parc de la Porte du Hainaut** (pique-nique), visité l'ancienne **cité minière Sabatier'** (inscrite au patrimoine mondial de l'Unesco), gravi le **terril Sabatier Nord**, puis sommes revenus à **Saint-Amand** pour le traditionnel pot de fin de randonnée. 14 randonneurs pour 25 km.

Autres photos dans album



Séjour à Cayeux du 21 au 23 mai

Annulé à deux reprises à cause du covid 😞, ce séjour est reprogrammé cette année

- Lieu : **L'Escale en baie de Somme à Cayeux sur mer**
- Chambres de deux en majorité, toutes équipées de lavabo, douche et WC.
- Randonnées : environ 15 à 16 kms à la journée en grande partie sur des sentiers côtiers ou terrains sablonneux type GR ou PR, avec pique-nique le samedi et le lundi, et restaurant le dimanche à St Valéry où vous aurez un temps de quartier libre le matin.
- Particularité du lundi: afin de satisfaire chacun, deux niveaux de randonnée seront proposés dont un circuit de 26 km mais les deux groupes se retrouveront pour cheminer quelques kilomètres ensemble et pique-niquer.

...petit aperçu de sa réalisation ...

Superbe séjour à l'auberge de jeunesse à **L'Escale en Baie de Somme à Cayeux**. Marches le samedi du **Crotoy au Marquenterre**, le dimanche promenade à **Saint Valery** et l'après-midi la **pointe du Hourdel** et le lundi de **Cayeux à Ault** par les marais et les galets.

Ambiance assurée par les participants. Grand merci aux organisateurs.

Voir les autres photos dans album



Lille/Hardelot Cyclo le dimanche 22 mai

...petit aperçu de sa réalisation ...

Après deux ans de privation, c'était hier, **Lille-Hardelot 2022** ...

Environ 9000 participants sont partis et arrivés sous le soleil après 161km et 1200m de dénivelé.

L'équipe en rouge du Randonneur Club Marcquois était bien sûr au Rendez-vous.

Un grand bravo à tous, dont Gérard que nous avons aperçu en route.

Félicitations à Amanda et Joël, pour qui ce fut une très belle première participation.

Autres photos dans album



La sortie "100 Bornes et 7 Lieues" à Terdeghem le dimanche 15 mai

...petit aperçu de sa réalisation ...

Belle journée ensoleillée pour cette sortie où les sections "Cyclo" et "Marche" se sont retrouvées pour partager un repas au "**Steenmeulen**" chez Vera et Jeff Markey à **Terdeghem** et visiter le moulin et son musée.

Voir les autres photos dans album



La "Cordillère des Flandres" Cyclo. le Jeudi 12 mai.

...petit aperçu de sa réalisation ...

Pour cette deuxième édition de La **Cordillère des Flandres**, un grand soleil était au rendez-vous.

Environ 110 km, 1100 mètres de dénivelé positifs. Pour certains, ce fut l'occasion d'une bonne préparation avant Lille-Hardelot, et pour tous ce fut une belle de journée vélo. Le Vélo comme on l'aime...

Autres photos dans album



Journée Rando en semaine au Ploegsteert le lundi 18 avril.

Capitaines **Françoise S et Myriam D**

- Une randonnée "canal, bois et étangs" (et certainement boue) qui jouera à saute-mouton entre la France et la Belgique (24 km).
- Nous traverserons le Bizet par des voyettes, longerons la Lys, passerons par le beau "Pont Bayard", traverserons une zone d'étangs aménagée pour les cigognes et nous terminerons par le bois du Ploegsteert.
- Vous emportez votre pique-nique et nous profiterons de l'hospitalité des propriétaires des "Gîtes de la Lys" qui mettent à notre disposition leur étang aménagé et en cas de pluie , un hangar pour déjeuner au sec.

...petit aperçu de sa réalisation ...

Merci à Myriam D et à Françoise S pour cette agréable sortie. Une très belle journée ensoleillée sous le signe de la convivialité et du partage. Après plusieurs kilomètres, une pause pour le déjeuner s'impose au bord du gîte de la Lys. Un moment chaleureux et sympathique.

Après le pique-nique, la randonnée redémarre dans la joie pour finir en apothéose, et se termine en partageant le verre de l'amitié.

Autres photos dans album



Voyage Cyclo Itinérant en "Haute Marne" du 4 au 7 avril

Programmé initialement en avril 2020, reporté en 2021 et à nouveau annulé, réalisé en 2022.

...petit aperçu de sa réalisation ...

Blotti entre la Champagne et la Bourgogne, la Haute Marne est un département rural maillé de petites routes tranquilles, sinueuses, boisées et vallonnées laissant apparaître une nature très verdoyante. Nous avons pu découvrir quelques sites du patrimoine touristique :

- **Joinville**, son château et son magnifique jardin
- **Bourbonne les Bains**, et l'ambiance d'une station thermale,
- **Langres**, une cité fortifiée, ville natale du philosophe Diderot
- Le parc national des Forêts près de **Auberive**, et la magnifique Abbaye de cette cité.
- Non loin de là, se côtoient la source de la Meuse, celle de la Marne et celle de l'Aube !!!!
- Enfin, **Vignory** une petite cité de caractère avec son église Romane que nous n'avons pu apprécier tant la pluie était intense ce jour-là.

Malgré la difficulté du parcours du fait des conditions difficiles (pluie et vent) les 7 «cyclo-voyageurs» ont su garder leur bonne humeur. Une initiation aux étirements menée par Éric a permis de soulager nos muscles et articulations. Comme l'atteste le diaporama réalisé par Louis à partir des clichés recueillis par l'ensemble des participants, nous retiendrons de ces 4 jours sportifs (320 kilomètres 3500 m de dénivelés) une ambiance particulièrement chaleureuse et conviviale.

Un très grand merci à Amanda, André, Éric, Hervé, Jean-Paul et Louis
Christine

Autres photos dans album



Journée Rando en semaine au départ de "Beuvry" le lundi 21 mars.

Capitaines **Stéphane et Véronique M**

- Du côté de Beuvry, une boucle de 25 km à travers marais, forêt et campagne.
- Nous partons du grand marais de Cambrin pour rejoindre Cuinchy et franchir le canal "d'Aire à la Bassée" que nous longerons un peu avant une petite boucle en forêt humide. Ensuite direction Gorre et sa prévôté puis Beuvry en passant par le manoir d'Estracelle.
- Après la pause déjeuner à la maison de la Poésie, nous reprendrons la route vers Annequin et la cité du N°9 pour emprunter un morceau du GRP du Bassin Minier NPDC puis retour sur Cambrin par le sentier des quatorze.
- Pas de difficulté particulière sur ce parcours, si ce n'est un peu de boue (ou beaucoup s'il pleut d'ici là) et quelques arbres tombés lors de la dernière tempête à enjamber.
- La pause de midi se fera après avoir parcouru 15 km à la maison de la Poésie où nous serons accueillis par sa directrice Stéphanie M. 😊😊 . Repas et boissons tirés du sac, café et thé offerts par la maison. Attention ce n'est pas un café rando mais un lieu de culture dédié à la poésie, nous y trouverons de quoi nous installer au chaud et des toilettes mais pas de bière pression!!

...petit aperçu de sa réalisation ...

Stéphane et Véronique M nous ont guidé par une superbe journée printanière à travers marais, forêt et campagne **entre Cambrin et Beuvry. Halte pour le déjeuner à la maison de la poésie à Beuvry, accueillis par Stéphanie et ses centaines d'ouvrages.**

Comme toujours, joyeuse ambiance et régal au pique-nique du midi au moment du partage du repas où plusieurs marcheurs nous ont révélé leurs talents aux fourneaux.

Pot de fin rando bien mérité après avoir bouclé 26 km.

Autres photos dans album



Séjour raquettes en Hautes-Alpes du 30 janvier au 5 février

Le séjour itinérant : "Le tour de la haute vallée de la Clarée".

En résumé :

- Niveau 3 chaussures,
- Nuits en petits refuges isolés (portage partiel de son bagage),
- Groupe de 10 personnes maximum

...petit aperçu de sa réalisation ...

Un superbe séjour en raquettes, avec un peu de neige le 1er jour, du vent les 2 et 3ème jour puis un grand soleil pour terminer.

Cette magnifique **vallée de la Haute-Clarée** se prêtait parfaitement pour un séjour itinérant et la découverte de sa faune (nous avons vu un cincle plongeur, des chamois, des lagopèdes et des traces de renards ou de téttras lyre). Nous avons pu apprécier l'ambiance des refuges à plus de 2000 m d'altitude. Nos randonnées nous ont permis de monter jusqu'à 2700m afin de découvrir différentes chaînes de montage (les Ecrins, etc.).

L'absence de précipitations depuis plusieurs semaines et le vent avaient rendu la surface de la neige plus ou moins glacée, augmentant la difficulté de déplacement, surtout en descente ! Mais offrant aussi de très belles scènes photographiques.

Le passage par les refuges en milieu de journée permettait d'alléger notre sac, mais aussi à certains de se reposer avant d'"attaquer" la journée suivante.

L'ascension du **col du Raisin**, avec des bourrasques de 100 km/h, aura constitué un moment fort pour l'équipe.

Nous avons eu le plaisir de retrouver Boris, qui nous accompagne depuis 4 ans pour certains d'entre nous et avec qui des liens très forts se sont créés. Pour les adeptes des chiffres et grâce aux enregistrements de traces par Stéphane : 59 km parcourus en cinq jours avec 3031 m de dénivelés positifs et négatifs.

Et pour finir, l'ambiance fût excellente ... et un peu bruyante ; que voulez-vous, les gens du Nord ... !

Place maintenant aux 200 photos et vidéos partagées par toute l'équipe dans album !

Philippe D



Journée Rando en semaine au départ de "Kemmel" le lundi 17 janvier.

Capitaine **Philippe D**

- Il s'agit d'un circuit de 21 km avec un dénivelé d'environ 340 m.
- Le matin, nous rejoindrons le Mont Scherpenberg ainsi que le GRP des Monts de Flandres pour atteindre le Mont Rouge où nous ferons une petite incursion sur le territoire français afin de déjeuner au Café du même nom (pas de pique nique à préparer pour cette première rando à la journée de l'année 😊, et passe sanitaire/vaccinal obligatoire).
- Poursuite du circuit après le déjeuner pour rejoindre le Mont Kemmel et ... p'tite bière pourquoi pas !

...petit aperçu de sa réalisation ...

Randonnée de 22 km au départ de **Kemmel** puis par les Monts **Scherpenberg, Noir et Rouge**.

La boue annoncée était au rendez-vous, en quantité et en qualité !

Heureusement un temps ensoleillé nous a accompagné et nous a permis de *s'en mettre plein la vue* et pas que *plein les chaussures* !

La bonne humeur était de la partie avant, pendant et après le déjeuner pris au Mont Noir.

Reste à nettoyer les chaussures avant la prochaine rando !

(22 participants) Merci au capitaine "**bouboue**"

Autres photos dans album

