



Pas à pas N° 330

CA 12 mars 2020

Présents : F Rochaix, G Beaurepaire, C Cretel, JP Louvion, M Gallet, C Rimbault, M Baldelli, MT Brunet, F Garçon, M Pillard, J Murgue, A Tournier

Excusés : G Bergounioux, B Gapillard, G Sache

Carnet :

Nous avons une pensée chaleureuse pour Georges et toute la famille Bergounioux. Le drame qui les affecte est particulièrement douloureux. Nous leur présentons nos très sincères condoléances et les assurons de toute notre affection.

Site des AS : <https://amissentiersbellegarde01.fr/>

A- BALADES :

A1- 3P du lundi

17/02/20 : Pré carré avec A Tournier, sortie annulée : pluie

24/02/20 : La Coney avec F Garçon, 38 AS

38 AS sont présents sur le parking de La Raimont, sous un ciel d'un bleu estival, par une température printanière (on a dû se tromper de saison !) et se dirigent à travers prés vers La Conay. Ici, nous découvrons, toujours avec le même plaisir, le splendide panorama de la chaîne des Alpes. Nous traversons la Combe de Merlogne et ses vallons sans neige et sans herbe, nous semblent bien tristes. Nous rentrons par les Frasses, une petite grimpette, les sentiers sont à l'ombre et, (Ô surprise!), nous marchons sur la neige pendant quelques dizaines de mètres. Rando initialement prévue pour des raquettes, de 7,5km et de 130m de dénivelé. L Ruggeri

02/03/20 : Lac de Barterrand avec C Cretel, pluie : sortie annulée

09/03/20 : Chalet du sac avec A Tournier, pluie : sortie annulée

A4- Marche nordique

La MN se poursuit le mercredi avec Marie-Thérèse Brunet

En ce qui concerne le samedi, Marie-Claude Fournet et Gysèle Sache sont indisponibles pour l'instant. Elles vous conseillent, si vous avez l'intention de faire une sortie, d'utiliser WhatsApp pour informer les coéquipiers éventuels.

B- Affaires courantes

⚠ En raison de la crise sanitaire, nos actions, nos projets sont impactés. Les programmes des balades sont modifiés : petits groupes de 10 maximum, pas de contacts, on évitera le co-voiturage. Les autres projets restent dans l'incertitude.

Veillez lire les instructions de la FFRP, expédiées le 14/03 par messagerie.

B1- Festival de la Marmaille, 17 mai

(Action en direction des jeunes enfants du primaire et maternelle)

Une réunion avec Ar(t)abesques, le président et la secrétaire des AS, a permis de clarifier la demande ...et la réponse des AS.

Nous confirmons notre participation pour le dimanche 17 mai. En voici le programme qui peut être affiné :

- Rendez-vous à 10h30 Église d'Arlod
- Balade jusqu'au belvédère des Lades (environ 6 km aller/retour)
- Repas tiré des sacs
- **Enfants obligatoirement accompagnés d'un parent**
- Assurance à la charge d'Ar(t)abesques (à préciser)
- Inscription préalable les participants (annulation si trop peu de marcheurs)

Parmi les AS, 5 personnes se sont désignées pour accompagner le groupe : JP Louvion, M Gallet, MC Fournet, C Cretel, C Louvion.

**Qui veut bien se joindre à cette sortie (avec ou sans ses propres enfants ou petits-enfants) ?
Merci de vous signaler auprès de François Garçon.**

B2- Trail de la Valserine organisé par le CAB, 31 mai

Après un nouveau contact entre notre président et de G Legrand du CAB, notre participation au trail de la Valserine se précise. L'idée est que les AS proposent une randonnée parallèlement à la course à pied du CAB. Le principe est acquis.

- Un trajet de 16 km (tour de la Valserine) sera proposé au public.
- Le CAB se charge du balisage.
- Les AS auront pour tâche, le matin du 31/05 de diriger les marcheurs depuis la salle Marcel Berthet jusqu'à la place Gambetta (rond-point vers l'ancienne « Belle Époque »)

Une dizaine de personnes sera nécessaire. Le CA compte sur vous.

Qui peut s'engager pour cette matinée du 31/05 ? Merci de vous signaler auprès de François Garçon.

B3- AG du CDRP samedi 15/02 à Poncin

F Garçon et MC Fournier participeront à cette AG

En vrac, quelques points traités durant l'AG départementale :

Nombre de licences : 2274 pour 2173 en 2018, soit une progression de + 4.6% (+ 101 licences)

Moyenne d'âge de nos licenciés : entre 64 et 65 ans

Répartition hommes femmes licenciés sur notre territoire : femmes 64.4% et hommes 35.6%.

Nombre de clubs : 31 clubs pour 32 clubs sur la saison sportive 2017-2018

- 7 clubs proposent la Rando douce,

- 3 clubs proposent la Rando Santé (avec obligation pour les animateurs d'avoir suivi une formation)
- 7 clubs proposent la Marche Nordique (avec obligation pour les animateurs d'avoir suivi une formation).

Tous les clubs proposent une ou plusieurs sorties par semaine organisées en demi-journée, en journée ou en week-end. Des séjours sont également organisés dans le cadre de l'immatriculation Tourisme fédérale.

En 2019, ce sont 15 clubs qui ont proposé des sorties raquettes à la journée.

La licence augmentera comme prévue initialement de 1 €

B4- ASSEMBLEE GENERALE des AS

Ce sera le 17 octobre 2020 à la salle des fêtes de Bellegarde

B5- Présentation des calendriers des 3P et BD du deuxième trimestre 2020 (en annexes)

L'idée des « VS = Virées du Soir » progresse. Ces sorties pourraient démarrer début mai

Un calendrier sera proposé le mois prochain.

Le principe consistera :

- en un départ chaque **MARDI** à 18 h 30 (RDV parking de Carrefour)
- balade proche de Valsérhône
- marche active, style « 3P »
- durée de marche 1 h 30 à 3 h (3 h si nous pique-niquons encours de route)
- avec ou sans repas du soir tiré du sac, voire exceptionnellement une fondue ou raclette en auberge.
- Cette initiative sera expérimentée durant 2 mois.

Evidemment, les VS, comme les autres sorties, seront soumises aux aléas sanitaires.

C- Les projets

C1- Les séjours 2020

- Avec le CDRP (inscription 09.60.06.13.83 ou 06.98.68.00.40)
 - Marseille et ses calanques du 4 au 11 octobre
 - Val Cenis 22 au 25 août (complet, liste d'attente)
- Avec Sud Evasion : la Toscane (séjour complet)
- Avec G Sache et A Tournier
 - Dans le Büech du vendredi 29 mai au jeudi 4 juin : séjour complet

C2- Sortie « grenouilles »

Chez notre amie Odile, elle devrait avoir lieu **JEUDI 14 MAI ou 28 MAI** (les précisions seront données en temps voulu, en fonction de la crise sanitaire)

Repas grenouilles à 30 €, tout compris

Inscriptions auprès de Françoise Rochaix 06 74 49 03 59 ou rochaixfr@wanadoo.fr

C3- Rando gourmande

Elle se déroulera le 23 juillet, sur le plateau d'Assy. A suivre

Réservez votre journée....

Prochaine réunion : à préciser ultérieurement