



remise de don à la Banque Alimentaire

le programme est
également disponible
sur notre site
www.cltmetz.com



reprise de la Rando Santé

Le Club Touristique Lorrain de Metz



programme 3^o trimestre 2021



reprise de la Randonnée



La marche à pied

Un bienfait pour la santé et la meilleure approche des sites et beautés naturelles de notre pays

Club Touristique Lorrain de Metz

Siège Social : Office de Tourisme Place d'Armes 57000 METZ

Site internet : www.ctlmetz.com

PRÉSIDENT	Norbert KREMER 8 rue de Fèves 57140 Norroy-le-Veneur	07 54 83 94 80
TRÉSORIER	Nicole MATHIEU 19A rue des Messageries app. A 57000 Metz	09 54 63 08 98
SECRETAIRE	Annie BRULÉ 27 rue de la Résistance 57140 WOIPPY	03 87 31 16 23

Buts de l'Association :

- développement du tourisme par l'organisation de sorties et séjours de groupes pédestres, sports de neige et voyages touristiques,
- initiation et pratique de la marche nordique,
- balisage et entretien de sentiers de promenade.

Avantages :

- séjours libres dans le chalet du Club pour les week-ends ou des vacances en famille ou petits groupes,
- délivrance de la licence de la Fédération Française de Randonnée, assurance comprise (responsabilité civile et dommages corporels).

L'heure de départ indiquée dans le programme est celle du départ de la marche, sauf cas particulier qui sera précisé.

En dehors des repas organisés, le repas de midi est tiré du sac dans un café de village ou quelquefois dans la nature.

- ✓ les sorties mentionnées " 1 circuit " sont des sorties de la journée,
- ✓ les sorties mentionnées " 2 circuits " permettent la participation soit la journée, soit le matin ou l'après-midi. Pour participer l'après-midi, il y a lieu de rejoindre le groupe jusqu'à 13h45 au lieu du repas, et d'en prévenir au préalable le chef de course.

Le Comité et les marcheurs cétélistes invitent cordialement les aspirants ou adeptes de la marche à se joindre à eux en se présentant tout simplement au départ d'une sortie.

TARIFS DES COTISATIONS 2020/2021

➤ Marcheur	Individuel	36,00 € (option ski + 10,00 €)
	Couple	64,00 € (option ski + 20,00 €)
➤ Sympathisant	Individuel	13,00 €
	Couple	18,00 €
➤ Abonnement à la revue Rando		8,00 €
➤		

CHALET CTL « LES BRUYÈRES » à SAULXURES-sur-MOSELLOTTE

20 lits en 2 logements indépendants avec cuisine séjour

Situé à "l'Envers du Rupt-de-Bamont" à 5 minutes du centre du village, il constitue un bon point de départ de promenades vers les forêts et les crêtes vosgiennes.



Gestionnaire : Marcel TASSIAUX
32 rue de l'Hôpital 57680 Novéant-sur-Moselle 06 81 29 08 38
marcel.tassiaux@sfr.fr

Téléphone du Chalet "Les Bruyères" 03 29 24 68 69

CONSIGNES DE SECURITE EN RANDONNEE

Parcours sur route : en l'absence de trottoir, marcher en file indienne ininterrompue sur le côté gauche de la route (animateur en tête, serre-file en queue). Pour les traversées, en l'absence de passages piéton, franchir groupés la route perpendiculairement à son axe, au moment requis par l'animateur.

Tout manquement à ces règles de sécurité sera considéré comme une faute personnelle dégageant la responsabilité du CTL.

PRATIQUE DE LA MARCHÉ NORDIQUE

Pas de pratique sans une première séance d'initiation.

Équipement indispensable : 2 bâtons monobrins, chaussures basses de rando, petit sac à dos et eau. Prévenir le guide au plus tard la veille 14h00 pour inscription.

TARIF PREFERENTIEL AU CINEMA "MARLYMAGES"

Le Cinéma "MARLYMAGES" accorde un tarif préférentiel aux cétélistes