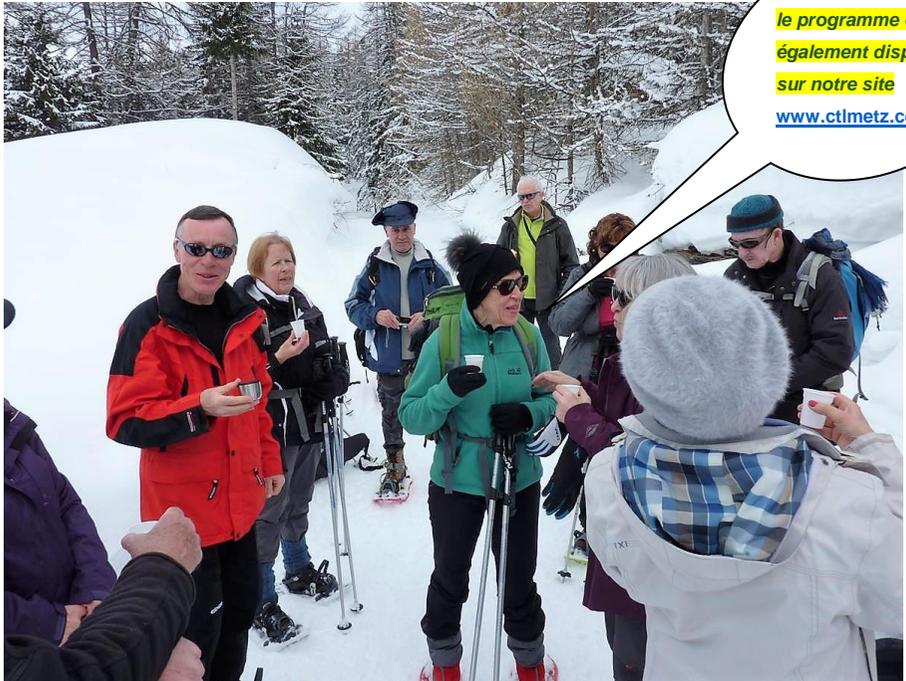




*la marche des 2 Donons le 6 mai 2018*



le programme est également disponible sur notre site [www.ctlmetz.com](http://www.ctlmetz.com)

*séjour raquettes mars 2018*

# Le Club Touristique Lorrain de Metz

Agrément Ministériel 57 513 du 27-09-1968



## 3<sup>o</sup> trimestre 2018



### 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](http://www.ctlmetz.com)

<b>PRÉSIDENT</b>	Norbert KREMER 8 rue de Fèves 57140 Norroy-le-Veneur	07 54 83 94 80
<b>TRÉSORIER</b>	Nicole MATHIEU 9 rue du Capitaine Claude 57050 Metz	09 54 63 08 98
<b>SECRETAIRE</b>	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 2017/2018

- |                               |            |         |                        |
|-------------------------------|------------|---------|------------------------|
| ➤ Marcheur                    | Individuel | 34,00 € | (option ski + 10,00 €) |
|                               | Couple     | 60,00 € | (option ski + 20,00 €) |
| ➤ Sympathisant                | Individuel | 13,00 € |                        |
|                               | Couple     | 18,00 € |                        |
| ➤ Abonnement à la revue Rando |            | 6,00 €  |                        |

## **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.

Tarif par nuitée : adhérent : 8 € - non adhérent : 9 € - enfant : 4,50 € + charges



Gestionnaire : Marcel TASSIAUX

32 rue de l’Hôpital 57680 Novéant-sur-Moselle 03 87 69 99 49 - 06 81 29 08  
38 matassiaux@numericable.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

## Projets 2019

- Séjour neige à MÜHTAL (Autriche) en janvier - voir sur le site pour préinscription
- Randonnée du 1er au 8 juin - golfe de SAINT-TROPEZ
- Croisière sur le DANUBE fin septembre - voir sur le site pour préinscription

**Rappel Marche Nordique pour les initiés** : tous les mardis à 18h30 et les samedis à 9h30 (voir fiche jointe).

---

### Covoiturage

La participation aux frais, pour les personnes transportées, est estimée à 0,08 € du kilomètre par personne (sans le péage d'autoroute)

---

### Téléphone des guides

A. AUBERT	03.87.56.11.25	06.81.41.07.01	A. LAPOIRIE	03.87.51.35.39	06.73.39.89.14
J. BAUR	03.87.63.47.63	06.52.21.44.36	P. LEYES	03.87.73.03.10	06.01.07.41.89
B. BEINEIX	03.87.65.25.46	06.11.25.34.57	J.P. METTIER		07.71.82.83.44
Y. BOULANGER		06.86.94.27.47	J. MULLER	03.87.36.74.13	06.76.93.85.20
J-C BRULÉ		06.88.82.55.27	P. RAVAINÉ	09.62.31.86.49	06.33.48.94.45
J-P CAUFMENT	03.87.77.83.81	06.61.23.35.37	N. SCHUCK		06.86.41.05.94
P. HAYOTTE	03.82.22.91.13	06.37.47.23.93	P. SCHWARTZ		06.73.86.81.73
C. JORRY	03.87.75.01.12	07.80.40.15.17	B. SZECEL	03.87.65.39.87	
N. KREMER	03.87.51.35.96	07.54.83.94.80	M. TASSIAUX		06 81 29 08 38
N. LALEU-HAY.	03.82.22.91.13	06.47.47.40.33	D. TIMON	03.87.36.82.32	06.30.97.55.91
R. LANGENFELD	03.87.32.81.21	06.37.14.52.96	I.WANKEWYCZ	03.87.33.13.25	06.08.57.94.81
P. LANGINIER		06.87.27.69.29	J.WANKEWYCZ	03.87.33.13.25	06.08.57.94.81

Pour toutes informations complémentaires concernant les sorties, notamment en ce qui concerne les possibilités de covoiturage, veuillez vous adresser aux guides responsables des marches dont les numéros d'appel sont indiqués ci-dessus.

En cas de très mauvais temps ou d'alerte météo, le guide se réserve le droit d'annuler la marche : il est conseillé de téléphoner au chef de course ou de consulter le site.

Les adhérents qui ne marchent que le dimanche après-midi sont invités à prévenir au préalable le chef de course de leur venue.

Ce programme est donné à titre indicatif : les guides se réservent la possibilité de modifier leurs circuits en fonction des conditions météorologiques, d'indisponibilité des cafés, ou encore de changement du lieu de rendez-vous : il est impératif de consulter régulièrement le site du CTL DE METZ avant de se rendre sur place, ou de téléphoner au guide la veille de la randonnée. Les distances peuvent être modifiées après reconnaissance des parcours.

---

## Activité Randocaching® (voir les informations sur notre site)

Dimanche 15 juillet

Dimanche 5 août

Dimanche 30 septembre

S'inscrire auprès de Noëlle LALEU-HAYOTTE au 06.47.47.40.33

# PROGRAMME DES ACTIVITES

## 3 ème TRIMESTRE 2018

### JUILLET

### HEURE

### GUIDE

**Pour les jeudis après-midi : suivant la température, la randonnée peut avoir lieu le matin : voir sur le site**

DI 01.07	JAULNY - 2 circuits - 10,9 & 10,6 km RDV au chemin du Fey - repas tiré du sac près des voitures	9h00	J-Paul METTIER
JE 05.07	COURCELLE-CHAUSSY - 2 circuits au choix - 12 ou 9 km - RDV devant l'église rue de l'Eglise	13h45	N.KREMER A.LAPOIRIE
DI 08.07	VILLECEY-sur-MAD - 2 circuits -10 & 8 km RDV au domaine de la Grange-en-Haye repas tiré du sac autour d'une table, à l'abri	9h00	Jacques MULLER
JE 12.07	MARANGE-SILVANGE - 10,7 km - RDV pl. des Anciens Combattants à côté de l'église	13h45	J-Paul METTIER
SA 14.07	GORZE - 1 circuit - 11 km - repas festif au chalet JP.CAUFMENT inscription sur fiche déjà parue	9h00 à 12h30 - détails et	D. TIMON
DI 15.07	MOREY (près de Pompey) - 2 circuits - 8 & 9 km RDV parking face au château - repas tiré du sac près des voitures - reprise des voitures pour départ de Manoncourt-sur-Seille	9h00	André LAPOIRIE
JE 19.07	VILLECEY-sur-MAD - 11 km (randonnée de Grande Fontaine) RDV à proximité de l'église	13h45	Patrick LANGINIER
DI 22.07	MONT-St-PIERRE à Villers-Stoncourt - 2 circuits 11 & 8 km - RDV en haut du Mont-St-Pierre où le repas sera tiré du sac	9h00	Bernard BEINEIX
JE 26.07	CHAILLY-lès-ENNERY - 12 km RDV parking de la mairie	13h45	Roland LANGENFELD
DI 29.07	PLESNOIS - 1 circuit - 17 km RDV parking de la mairie - repas tiré du sac dans le verger de La Maxe	9h00	J.Claude BRULÉ
DI 29.07	Marche Nordique « douce » PLESNOIS RDV parking de la mairie (réservée aux personnes ayant suivi l'initiation)	9h30	Noëlle LALEU-HAYOTTE

**AOUT****HEURE GUIDE**

**Pour les jeudis après-midi : suivant la température, la randonnée peut avoir lieu le matin : voir sur le site**

JE 02.08	GORZE - 2 circuits au choix - 13 ou 10 km RDV à la Croix St Clément	13h45	N.KREMER A.LAPOIRIE
DI 05.08	VILLERS-BETTACH - 2 circuits - 11 & 10 km RDV parking de l'abbaye - repas tiré du sac à l'auberge de l'Abbaye	9h00	Jean-Paul CAUFMENT
JE 09.08	NOVEANT-sur-MOSELLE - 11 km RDV parking du cimetière	13h45	Patrick HAYOTTE
SA 11.08	Réunion trimestrielle du Comité au Foyer du Jeune Travailleur 2 rue Georges Ducrocq à Metz	14h30	Norbert KREMER
DI 12.08	VIGNEULLES-lès-HATTONCHATEL - 2 circuits 10 & 8 km - RDV parking face à la mairie déjeuner à la pizzeria « Le Caprice » (pique-nique ou pizza ou pâtes ....) - tél. au guide	9h00	Jacques MULLER
JE 16.08	SCY-CHAZELLES - 10 km - dénivelé 245 m RDV parking près de l'église	13h45	Irène WANKEWYCZ
DI 19.08	LACHAUSSEE - 2 circuits - 11 & 7 km sans dénivelé - RDV parking devant l'église repas non porté au bord du lac « Domaine du vieux moulin »	9h00	Jerry WANKEWYCZ
JE 23.08	VANTOUX - 10 km - (Vantoux - Mey - Hauts de Metz-Valières) - RDV rue Julien Barbé	13h45	Jean-Paul CAUFMENT
DI 26.08	AUDUN-le-ROMAN - 2 circuits - 11 & 10 km RDV au stade devant le collège - repas : grillades - prévenir le guide de votre présence le jeudi avant la randonnée	9h00	Norbert KREMER
DI 26.08	Marche Nordique « douce » NOVEANT RDV Centre socio-culturel (réservée aux personnes ayant suivi l'initiation)	9h30	Noëlle LALEU-HAYOTTE
JE 30.08	MOULIN-lès-METZ - 10 km - RDV rue Sous la Leye - parking devant le collège A. Camus	13h45	Bernard BEINEIX

<u>SEPTEMBRE</u>		<u>HEURE</u>	<u>GUIDE</u>
DI 02.09	LES BAROCHES (près de Briey) - 2 circuits 10 & 11 km - RDV parking aire de jeux et terrain de foot. à côté du château d'eau rue du Haut de La Fête - repas tiré du sac sur aire de jeux	9h00	J-Paul CAUFMENT
DI 02.09 DI 09.09	Tour de la Vanoise		Jean-Luc MARCHAL
JE 06.09	WOIPPY - 2 circuits au choix - 12 ou 9 km RDV stade du Patis, route de Norroy-le-Veneur	13h45	N.KREMER A.LAPOIRIE
DI 09.09	BOULAY-sur-MOSELLE - marche du Ban St Jean - 1 circuit - 16 km WANKEWYCZ RDV parking du Super U - repas tiré dans la nature intervention de Mr Gabriel Becker historien	9h00	Jerry
DI 09.09	Marche Nordique « initiation » METZ - parking RDV piscine Lothaire (pour inscription tél. au guide le vendredi précédent)	9h30	Noëlle LALEU-HAYOTTE
JE 13.09	MANCE RDV Grand'Rue à proximité du cimetière	13h45	Patrick HAYOTTE
DI 16.09	SIERCK-lès-BAINS - Randonnée des Trois Frontières - 1 circuit - 21 km - RDV au kiosque Quai des Ducs de Lorraine - repas tiré du sac dans la nature	9h00	Norbert KREMER
JE 20.09	SAULNY - 10 km - dénivelé 250 m RDV parking de la salle polyvalente		Irène WANKEWYCZ
DI 23.09	DELME - 1 circuit - 20 km - RDV parking de la mairie rue Poincaré - repas tiré du sac à Liocourt (sortie du village route de Juville)	9h00	Roland LANGENFELD
DI 23.09 DI 30.09	Randonnée itinérante au Portugal		Norbert KREMER
DI 23.09	Marche Nordique « douce » - ANCY-sur-MOSELLE RDV parking de la gare (réservée aux personnes ayant suivi l'initiation	9h30	Noëlle LALEU-HAYOTTE
JE 27.09	CORNY-sur-MOSELLE - 10 km - RDV parking de la salle des fêtes - possibilité de manger à 12h dans une salle (Tél. au guide)	13h45	Pierre SCHWARTZ
DI 30.09	BAYONVILLE - 1 circuit des Aîtres médiévaux 17 km - RDV et repas tiré du sac à côté du pont sur le Rupt-de-Mad	9h00	Patrick LANGINIER



## CTL DE METZ - PROGRAMME MARCHÉ NORDIQUE

Pour les personnes ayant préalablement suivi une initiation

Nos 4 Animateurs : Noëlle LALEU HAYOTTE,  
Yves BOULANGER, Jean-Paul METTIER et Nadia SCHUCK

DATE	HEURE	LIEU
mardi 3 juillet	18h30	METZ – CSC La Corchade
samedi 7 juillet	9h30	CHATEL-SAINT-GERMAIN – Ancienne gare
mardi 10 juillet	18h30	AUGNY – Salle des Fêtes
samedi 14 juillet	9h30	GORZE – Chalet du CTL
mardi 17 juillet	18h30	METZ - Patinoire
samedi 21 juillet	9h30	VAUX – Salle des Fêtes
mardi 24 juillet	18h30	MARLY – Parking de la Seille – rue des Ecoles
samedi 28 juillet	9h30	LORRY - Cimetière
dimanche 29 juillet *	9h30	PLESNOIS – Place de la Mairie
mardi 31 juillet	18h30	MONTIGNY-lès-METZ - Piscine
samedi 4 août	9h30	ANCY-sur-MOSELLE – Croix Saint Clément
mardi 7 août	18h30	MOULINS-SAINT-PIERRE – Collège Louis Armand
samedi 11 août	9h30	GRAVELLOTTE – Parking route d'Ars
mardi 14 août	18h30	METZ – Parking Lothaire
samedi 18 août	9h30	VIGY – Collège Charles Péguy
mardi 21 août	18h30	MOULINS-lès-METZ – Tennis La Saussaie
samedi 25 août	9h30	ROZERIEULLES – CSC avenue des Champs
dimanche 26 août *	9h30	NOVEANT – CSC
mardi 28 août	18h30	METZ - Portofino
samedi 1 septembre	9h30	ROMBAS – Fond Saint Martin
mardi 4 septembre	18h30	PLAPPEVILLE – Salle polyvalente
samedi 8 septembre	9h30	AUGNY – Salle des Fêtes
dimanche 9 septembre	9h30	<b>INITIATION</b> – METZ – Lothaire
mardi 11 septembre	18h30	WOIPPY - Mairie
samedi 15 septembre	9h30	ARS-sur-MOSELLE - Collège
mardi 18 septembre	18h30	METZ – Lycée Hôtelier
samedi 22 septembre	9h30	MARLY – Parking stade Delaître
dimanche 23 septembre *	9h30	ANCY-sur-MOSELLE - Gare
mardi 25 septembre	18h30	MARLY – Cour de la Gare
samedi 29 septembre	9h30	SCY-CHAZELLES - Mairie

\* Marche nordique "douce"

### Inscription nécessaire

Rens : Noëlle LALEU-HAYOTTE : 06 47 47 40 33 - laleu\_noelle@orange.fr

📧 N'hésitez pas à consulter notre site : [ctlmetz.com](http://ctlmetz.com)

Initiation sur demande à partir de 5 personnes

# LE CLUB TOURISTIQUE LORRAIN DE METZ



## RANDO SANTÉ®



### programme du 3° trimestre 2018

Les marches ont lieu en principe le 1er et le 3° mardi du mois, à 9h30.

Elles respectent les principes de la RANDO SANTÉ® pour permettre à chacun d'y participer agréablement et en toute sécurité : moins vite, moins loin et moins longtemps.

Le certificat médical est obligatoire : il indiquera, le cas échéant, les limites autorisées et les contraintes liées à votre état de santé ; les chefs de courses formés à la Rando Santé® devront en tenir compte dans l'organisation de chaque randonnée.

Les randonneurs RANDO SANTÉ® devront bien évidemment posséder une licence FFR.

date	heure	Lieu de rendez-vous et chef de course
mardi 3 juillet	9h30	<u>MARLY</u> RV parking Marly-Centre à côté de la Seille rue des Ecoles ou Bus ligne L2 - arrêt Hôtel de Ville <b>Denis</b> et Jean-Claude
mardi 17 juillet	9h30	<u>LESSY</u> RV parking de la Mairie, rue de l'Esplanade Bus ligne 5 sur réservation <b>Norbert</b> et André
mardi 7 août	9h30	<u>LE-BAN-SAINT-MARTIN</u> RV Parking de covoiturage Le-Ban-Saint-Martin Bus ligne 5 - arrêt Tignomont <b>Jean-Claude</b> et Denis
mardi 21 août	9h30	AUGNY Bus N84B Augny-Mairie RV parking face à l'arrêt de bus Augny-Mairie <b>André</b> et Norbert
mardi 4 septembre	9h30	<u>VERNY – Bois de l'Hôpital</u> RV parking près de la déchèterie, environ 1 km après Fleury, en haut de la côte à gauche <b>Denis</b> et Jean-Claude
mardi 18 septembre	9h30	<u>JUSSY</u> RV parking au centre de Jussy, angle D103C et rue St Hilaire Bus ligne L5b sur réservation <b>Norbert</b> et André

**Inscription nécessaire en contactant le chef de course par téléphone :**

Jean-Claude Brulé 06 88 82 55 27 - Denis Timon 03 87 36 82 32

Norbert Kremer 03 87 51 35 96 – André Lapoirie 06 73 39 89 14

☞ n'hésitez pas à consulter notre site : [ctlmetz.com](http://ctlmetz.com)