



Association Nationale de Retraités

Groupe Haute vienne

Reconnue d'intérêt général

LES RENDEZ-VOUS DES MARCHEURS

2ème semestre 2023



« Un jour de sentier, huit jours de santé »



Préconisations : munissez-vous

De vos Pièce d'Identité + Carte Vitale + carte Complémentaire Santé

De Bonnes chaussures de marche - Boisson

Les bâtons de marche sont conseillés

Cas d'annulation des marches : (confirmation par les animateurs)

Neige – verglas – Vigilance orange

Règles générales :

- Être Adhérent ANR
- Fournir un certificat médical délivré par un Médecin valide pour 3 ans
- Ou un questionnaire de santé à remplir et à demander à un Animateur pour les 2 années sans certificat médical

Covoiturage : Toutes les sorties sont en covoiturage - Le kilométrage AR est précisé sur le programme

Contribution volontaire sur la base de 2 euros pour une distance **AR** < 30kms

3 euros pour une distance **AR** ≥ 30kms

Périodicité : Cf Planning des différents groupes

Groupe 1 = 2 mardis par mois pour des balades de 8/10kms environ

Groupe 2 = tous les mardis pour des balades de 5/7kms

Groupe 3 = tous les jeudis pour des balades de 9/11kms

LES POINTS de Rassemblement pour covoiturage:

- Parking BRÉGUET/BEAUBLANC - parking face Palais des Sports Beaublanc
- Parking carrefour des Arcades - côté boulangerie -
- Parking Port du Naveix//Guinguette
- Parking carrefour d'Oradour - face à la Pharmacie Val de l'Aurence -

Coordonnées des animateurs :

Groupe 1

BRUNTH Roger - **RB** - 06 88 40 13 96 - r.brunth@orange.fr

GAILLARD Jeannine - **JG** - 06 83 02 55 62 - Jeannine_dominique@live.fr

POULET Roger - **RP** - 06 76 36 17 62 - roger.poulet@wanadoo.fr

Groupe 2

BARRAUD François - **FB** - 06 35 54 20 87 - frapabarr@yahoo.fr

Groupe 3

CHALARD Jean Claude 06 70 77 88 86 - jcc1942@orange.fr

CHABASSIER Monique 06 08 67 67 41 - mchabassier@orange.fr

DELORME Robert 05 55 38 17 22

DU BUCQ Michel 07 72 77 76 31 - mdb@orange.fr

EL SAYAH Geneviève 06 45 79 62 46 - gelsayah@gmail.com

FADAT Jean 06 71 81 75 57 - bfadat@orange.fr

NOUHAUD Anny 06 82 21 35 17 - a.nouhaud@orange.fr

PIERROT Michelle 06 41 26 82 50 - pimimi@ardoiz.fr

GROUPE 1

PROGRAMME DES BALADES (environ 10 kms) - 2ème semestre 2023

Départ de Limoges pour covoiturage :
Parking Bréguet/Beaublanc : **13h30 précises**
- Face au Palais des Sports Beaublanc -

⚠️ prévenir un des animateurs si vous vous rendez directement au départ (SMS OK)

DATES	LIEU DE RANDO <i>Distance AR pour covoiturage</i>	KMS Rando	LIEU DÉPART DE LA RANDO	ANIMATEURS
05/09/2023	COMPREIGNAC 50kms	10	Pk Cimetière	JG RP RB
19/09/2023	NEUVIC ENTIER 74kms	8	Pk Église	JG RP RB
Mardi 26/09/2023 **	** Journée Intergroupes VEYRAC RDV 8:30 Parking Bréguet MATIN = rando 6kms puis Restau à l' Auberge de Veyrac AM = Balade au Menhir de Ceinturat			Roger BRUNTH Groupe1 Jean François BENOÎT Groupe2 Geneviève EL SAYAH Groupe3 Monique CHABASSIER Groupe3
03/10/2023	AUREIL 32kms	10.5	Pk Église	JG RP RB
Jeudi 05/10/2023 ****	**** Journée MARTEL en BUS MATIN = 2 activités au choix : <u>Visite ou marche</u> Visite de Martel <u>ou</u> 2 niveaux de randonnée : 8kms de Martel à Gluges (retour en Bus) ou 5 kms pour un AR au départ de Martel facile et sans dénivelé ... voir ci-dessous pour la suite du programme ... ****			Bernadette et Jean F. Groupes 2 & 3 Départ Port du Naveix
17/10/2023	ST GENCE 29kms	10.8	Place de l' Enfant	JG RP RB
07/11/2023	ST JOUVENT 31kms	10	Pt Départ Randos	JG RP RB
21/11/2023	RILHAC RANCON 20kms	10.9	Pk Atelier Municipal	JG RP RB
05/12/2023	BOSMIE L' AIGUILLE 22kms	10.5	Pk Salle Polyvalente	JG RP RB
12/12/2023 *	LUMIÈRES de LIMOGES + RESTAU		Pk Port du NAVEIX RDV 17:00	JG RP RB



Mardi 26 septembre 2023 ** Journée INTER GROUPES :

Datant du Néolithique, le Menhir de Ceinturat est le **plus grand menhir de la Haute-Vienne**. Haut de plus de 5 mètres au dessus du sol, il est enterré de 2 mètres. Selon la légende, celui ou celle qui parvient à jeter une pierre sur la corniche située à mi-hauteur du menhir, est assuré de se marier dans l'année !



****** Jeudi 5 octobre 2023 **** Journée à MARTEL : MATIN = Visite ou Randonnée (voir programme) – MIDI = Déjeuner à la Maison de la Truffe à Cuzance - APRÈS-MIDI = Découverte de l'activité truffière**

*** Mardi 12 Décembre 2023 *** SORTIE ANNUELLE organisée par le GROUPE 1 pour découvrir les Lumières de Noël suivie d'un repas au restaurant. RDV 17h00 au Port du Naveix

GROUPE 2

PROGRAMME DES BALADES (5/7 kms) - 2ème semestre 2023

Heure de RDV à Limoges pour covoiturage : **14h00**

Heure de départ de la rando = entre 15 et 30 mn après RDV covoiturage

Covoiturage : contribution volontaire: 2 euros pour une distance AR < 30kms et 3 euros pour une distance AR ≥ 30kms

⚠️ prévenir l'animateur si vous vous rendez directement au départ (SMS OK)

DATES	LIEU DE RANDO	LIEU DÉPART DE LA RANDO	KMS Rando	DÉPART Covoiturage RANDO 14h00	ANIMATEUR
19/09/2023	BONNAC Maison rouge	A20 sortie 27 devant garage Mercedes	6.2 7.2	Carrefour Arcades	François B.
26/09/2023**	** Journée Intergroupes VEYRAC RDV 8:30 Parking Bréguet MATIN = rando 6kms puis Restau à l' Auberge de Veyrac AM = Balade au Menhir de Ceinturat				Roger BRUNTH Groupe1 Jean François BENOÎT Groupe2 Geneviève EL SAYAH Groupe3 Monique CHABASSIER Groupe3
03/10/2023	AUREIL ouest	Pk église	6.9	Pk Port du Naveix	François B.
Jeudi 05/10/2023 ****	**** Journée MARTEL en BUS MATIN = 2 activités au choix : <u>Visite ou marche</u> Visite de Martel <u>ou</u> 2 niveaux de randonnée : 8kms de Martel à Gluges (retour en Bus) ou 5 kms pour un AR au départ de Martel facile et sans dénivelé ... voir ci-dessous pour la suite du programme ... ****				Bernadette et Jean FADAT Gpes 2&3 Départ Port du Naveix
10/10/2023	BOSMIE AIGUILLE	Pk salle de sport	7.0	Pk Port du Naveix	François B. Arlette F.
17/10/2023	SOLIGNAC	Pk Pont de la Briance	6.3	Pk Port du Naveix	François B. Arlette F.
07/11/2023	SAINT PRIEST AIXE Faye	Pk cimetière	6.0	Carrefour Oradour	François B. Michèle S.
14/11/2023	BONNAC Royères	Le grand Royères	6.0	Carrefour Arcades	François B.
21/11/2023	VERNEUIL Les Bachauds	Pk en épis après l'église	6.5	Carrefour Oradour	François B.
28/11/2023	VEYRAC Pont colombier	Pk cimetière	7.2	Carrefour Oradour	François B.
05/12/2023	RILHAC RANCON Chemin de la mariée	Pk à proximité de l'église	5.5 7.0	Carrefour Arcades	François B.
12/12/2023	LANDOUGE Le tour	Pk cimetière	6.5	Carrefour Oradour	François B. Martine C.
12/12/2023*	LUMIÈRES de LIMOGES et/ou RESTAU			Pk Port du NAVEIX RDV 17:00	JG RP RB Groupe 1

Mardi 26 septembre 2023 ** Journée INTER GROUPES :



Datant du Néolithique, le Menhir de Ceinturat est le **plus grand menhir de la Haute-Vienne**. Haut de plus de 5 mètres au dessus du sol, il est enterré de 2 mètres. Selon la légende, celui ou celle qui parvient à jeter une pierre sur la corniche située à mi-hauteur du menhir, est assuré de se marier dans l'année !



Jeudi 5 octobre 2023 ** Journée à MARTEL** : MATIN = Visite ou Randonnée (voir programme) – MIDI = Déjeuner à la Maison de la Truffe à Cuzance - APRÈS-MIDI = Découverte de l' activité trufficole

* **Mardi 12 Décembre 2023 *** SORTIE ANNUELLE organisée par le GROUPE 1 pour découvrir les Lumières de Noël suivie d'un repas au restaurant. RDV 17h00 au Port du Naveix

GROUPE 3

PROGRAMME DES BALADES (environ 9/11 kms) - 2ème semestre 2023
Départ de Limoges pour covoiturage: 13h30 Précises Cf tableau ci-dessous

Covoiturage : contribution volontaire: 2 euros pour une distance AR < 30kms et 3 euros pour une distance AR ≥ 30kms

⚠ si vous voulez vous rendre directement au départ de la rando, contactez l'animateur concerné

DATES	LIEU DE RANDO <i>Distance AR pour covoiturage</i>	KMS RANDO	DÉPART Covoiturage RANDO <i>13h30 Précises</i>	ANIMATEURS
14/09/2023	JAVERDAT - 50kmsAR - « Le Sentier de la Parrière »	9.3	Carrefour d' Oradour	Anny N. – Monique C.
21/09/2023	ST BONNET S/Briance – 56kmsAR – “Circuit du Tram”	11	Port du Naveix/La Guinguette	Geneviève E.S.
Mardi ** 26/09/2023	** Journée Intergroupes VEYRAC RDV 8:30 Parking Bréguet MATIN = rando 6kms puis Restau à l' Auberge de Veyrac AM = Balade au Menhir de Ceinturat			Roger BRUNTH Groupe1 Jean François BENOÎT Groupe2 Geneviève EL SAYAH Groupe3 Monique CHABASSIER Groupe3
28/09/2023	CHAMBORET – 44kmsAR -	11	Parking Beaublanc	Jean F.
05/10/2023 ****	**** Journée MARTEL en BUS MATIN = 2 activités au choix : <u>Visite ou marche</u> Visite de Martel <u>ou</u> 2 niveaux de randonnée : 8kms de Martel à Gluges (retour en Bus) ou 5 kms pour un AR au départ de Martel facile et sans dénivelé ... voir ci-dessous pour la suite du programme ... ****			Bernadette et Jean F. Départ Port du Naveix
12/10/2023	BUSSY STE ANNE-ST PRIEST – 58kmsAR -	9	Port du Naveix/La Guinguette	Michel D. – Robert D.
19/10/2023	Ste Marie de Vaux – 36kmsAR -	11	Carrefour d' Oradour	Anny N. – Monique C.
26/10/2023	PIERRE BUFFIÈRE – 40kmsAR -	10	Port du Naveix/La Guinguette	Geneviève E.S.
09/11/2023	EYJEAUX – 28kmsAR – « Pêcheries oubliées »	10	Port du Naveix/La Guinguette	Anny N. – Monique C.
16/11/2023	BONNAC La Côte – 30kmsAR -	10	Port du Naveix/La Guinguette	Jean F.
23/11/2023	BEYNAC – 28kms AR – « Chemin de Compostelle »	10	Port du Naveix/La Guinguette	Geneviève E.S.
30/11/2023	LA JONCHÈRE St Maurice – 60kmsAR -	11	Port du Naveix/La Guinguette	Michel D. – Robert D.
07/12/2023	LIMOGES Gare – Uzurat - Gare	7	Gare des Bénédictins	Geneviève E.S.
Mardi ** 12/12/2023	LUMIÈRES de LIMOGES et/ou RESTAU		Pk Port du NAVEIX RDV 17:00	JG RP RB Groupe 1
14/12/2023*	SAINT GENCE – 28kms AR -	9	Parking Beaublanc RDV 8 :45	Jean F.
21/12/2023	PANAZOL – 10kms AR -	10	Port du Naveix/La Guinguette	Michel D. – Robert D.

Mardi 26 septembre 2023 ** Journée INTER GROUPES :



Datant du Néolithique, le Menhir de Ceinturat est le **plus grand menhir de la Haute-Vienne**. Haut de plus de 5 mètres au dessus du sol, il est enterré de 2 mètres. Selon la légende, celui ou celle qui parvient à jeter une pierre sur la corniche située à mi-hauteur du menhir, est assuré de se marier dans l'année



Jeudi 5 octobre 2023 ** Journée à MARTEL : MATIN = Visite ou Randonnée (voir programme) – MIDI = Déjeuner à la Maison de la Truffe à Cuzance - APRÈS-MIDI = Découverte de l' activité trufficole**

*** Mardi 12 Décembre 2023 *** SORTIE ANNUELLE organisée par le GROUPE 1 pour découvrir les **Lumières de Noël** suivie d'un repas au restaurant. RDV 17h00 au Port du Naveix

***Jeudi 14 Décembre 2023 * Rando de fin d' année :** Rando le matin suivi d'un déjeuner à l' Auberge des 5 Routes



12 allée Louis Blériot 87100 Limoges
Téléphone : 05 55 37 10 40
Mail : anr87@wanadoo.fr