

séjour neige à Ramsau février 2018



à Plappeville le 31 décembre 2017

La marche à pied

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

Le Club Touristique Lorrain de Metz

Agrément Ministériel 57 513 du 27-09-1968

2° trimestre 2018















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

9 rue du Capitaine Claude 57050 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 2017/2018

>	Marcheur	Individuel Couple	34,00 € 60,00 €	(option ski + 10,00 €) (option ski + 20,00 €)
>	Sympathisant	Individuel Couple	13,00 € 18,00 €	
\triangleright	Ahonnement à	la revue Rando	6.00 €	

CHALET CTL "LES BRUYÈRES" à SAULXURES-sur-MOSELOTTE

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

<u>Parcours sur route</u>: 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 MARCHE NORDIQUE

Pas de pratique sans une première séance d'initiation. Equipement 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 2018

- Repas du 14 juillet à Gorze détails et réservation sur fiche jointe ainsi que sur le site
- Tour de la Vanoise du 2 au 9 septembre
- Randonnée itinérante au Portugal du 23 au 30 septembre

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	03.87.31.16.23	06.88.82.55.27	P. RAVAINE	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	,	03.87.52.87.41
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. LANGENFELI	D03.87.32.81.21	06.37.14.52.96	A. TOURRET	03.54.62.26.57	
P. LANGINIER		06.87.27.69.29	I.WANKEWYCZ	03.87.33.13.25	06.08.57.94.81
			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 : <u>il est impératif de consulter régulièrement le site du CTL DE METZ avant de se rendre sur place</u> ou de téléphoner au guide la veille de la randonnée.

PROGRAMME DES ACTIVITES 2ème TRIMESTRE 2018

<u>AVRIL</u>		<u>HEURE</u>	<u>GUIDE</u>
LU 02.04 (Pâques)	WOIPPY - 1 circuit - 8 km RDV place de l'Hôtel de Ville	13h45	Jean-Claude BRULE
JE 05.04	AUBOUE - <u>le matin</u> - 9 km - RDV devant l'église rue de l'Eglise - repas tiré du sac au café près de la mairie	9h00	Jean-Paul CAUFMENT
	<u>l'après-midi</u> - AUBOUE - 2 circuits au choix 12 ou 9 km - RDV devant l'église rue de l'Eglise	13h45	N. KREMER A.LAPOIRIE
DI 08.04	METZERESCHE - 2 circuits -10 & 9 km RDV parking de la salle MJC à droite à l'entrée du village par la D56 - repas tiré du sac à la « Chope d'Or » 2 rue Roses	9h00	J-Paul CAUFMENT
DI 08.04	Marche Nordique « douce » - WOIPPY parking de la mairie (réservée aux personnes ayant suivi l'initiation)	9h30 LA	Noëlle LEU-HAYOTTE
JE 12.04	AUBE - circuit de 11 km - RDV près de l''église (la Cour d'Aube)	13h45	Roland LANGENFELD
DI 15.04	SAULNY - 2 circuits - 10 & 8 km - RDV parking de la mairie - repas tiré du sac au café « Filajoe » 1 rue de Briey (possibilité d'un repas chaud)	9h00	Jeannine BAUR
JE 19.04	BAYONVILLE - randonnée de la Croix Joyeuse RDV parking à côté du pont sur le Rupt de Mad	13h45	Patrick LANGINIER
DI 22.04	SAINTE-GENEVIEVE - (A31 sortie Atton) 1 circuit de 15 km - RDV parking devant la mairie ou devant l'église - repas pris dans la nature	9h00	André LAPOIRIE
JE 26.04	GORZE RDV parking des écoles	13h45	Patrick HAYOTTE
DI 29.04	REMBERCOURT-sur-MAD - 2 circuits - 9 & 8 km RDV parking de la mairie - reprise des voitures pour repas tiré du sac au café « Terminus » à Novéant (possibilité plat du jour)	9h00	Jacques MULLER
<u>MAI</u>			
JE 03.05	AUBOUE - <u>le matin</u> - 10 km - RDV devant l'église rue de l'Eglise - repas tiré du sac au café près de la mairie	9h00	Jean-Paul CAUFMENT
	<u>l'après-midi</u> - AUBOUE - 2 circuits au choix 12 ou 9 km - RDV devant l'église rue de l'Eglise	13h45	N. KREMER A.LAPOIRIE

MAI (suite	e)	<u>HEURE</u>	<u>GUIDE</u>
DI 06.05	Le DONON - (Vosges) - circuit des 2 Donons RDV parking Patinoire pour covoiturage repas tiré du sac dans la nature (détail de la journée exposé sur le site)	7h00	Jean-Claude BRULE
JE 10.05 Ascension	CORNY - RDV parking de la mairie possibilité de manger dans la salle de L'Orangerie à Corny à 12h00 (Tél. au guide)	13h45	Pierre SCHWARTZ
SA 12.05	Réunion trimestrielle du Comité au Foyer du Jeune Travailleur 2 rue Georges Ducrocq à Metz	14h30	Norbert KREMER
DI 13.05	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 13.05	Marche Nordique « douce » FLEURY salle polyvalente (réservée aux personnes ayant suivi l'initiation)	9h30 LAL	Noëlle EU-HAYOTTE
JE 17.05	METZ-QUEULEU - 13 km RDV parking en contrebas à l'intérieur du Fort de Queuleu	13h45	Bernard BEINEIX
SA 19.05 LU 21.05	Week-end de Pentecôte à OBERHARMERSBACH (Forêt Noire)		P.LEYES J-C.BRULE
LU 21.05	FLEURY - 1 circuit 10 km RDV parking de la salle polyvalente	13h45	Bernadette SZECEL
JE 24.05	MANCE RDV Grand'Rue à proximité du cimetière	13h45	Patrick HAYOTTE
DI 27.05	OTTANGE - 1 circuit -17 km - RDV devant l'église - repas : consulter le site ou tél. au guide quelques jours avant la randonnée	9h00	Norbert KREMER
JE 31.05	ROZERIEULLES « sortie orchidées » 9 km RDV parking salle polyvalente appelée aussi salle du Longeau - à droite à l'entrée de Rozérieulles	13h45	Jean-Paul METTIER
<u>JUIN</u>			
DI 03.06	ETAIN - 10 km le matin jusqu'à la ferme auberge de Naumoncel - RDV au bout de l'avenue du Grand Breuil (lotissement des Clairs Chênes) retour à Etain 10 km l'après- midi détails et réservation sur fiche jointe ainsi que sur le	9h00 site	Irène WANKEWYCZ

JUIN (sui	te)	HEURE	<u>GUIDE</u>
JE 07.06	AMANVILLERS - 2 circuits au choix - 9,5 & 8 km RDV parking du cimetière	13h45	N.KREMER A.LAPOIRIE
DI 10.06	VALMUNSTER - 2 circuits - 10 & 10 km RDV devant l'église - repas tiré du sac à proximité des voitures	9h00	Norbert KREMER
JE 14.06	MARANGE-SILVANGE - 9,5 km RDV place de l'Eglise WANKEWYCZ	13h45	Jerry
DI 17.06	11ème Marche Gourmande de METZ détails et réservation sur fiche jointe ainsi que sur le	e site	Pierre SCHWARTZ
DI 17.06	TUCQUEGNIEUX - 2 circuits - 10 & 9 km RDV dans la rue et au parking près du café le « 110 » au 110 rue de Loris Batignani (sur la D145 en prolongement de la rue Clémenceau) repas tiré du sac au café « 110 » (possibilité d'un repas rapide ou kébab à côté du « 110 »	9h00	Jean-Paul CAUFMENT
JE 21.06 JE 28.06	Séjour randonnée à ASNELLES-sur-MER (Norman	idie)	Patrick HAYOTTE
JE 21.06	SAINT-HUBERT - 11 km RDV parking de la mairie	13h45	André LAPOIRIE
DI 24.06	LONGEVILLE-les-METZ - ST QUENTIN - 1circuit 16 km - RDV parking de la Patinoire - repas tiré du sac près du col de Lessy	9h00	Patrick LANGINIER
DI 24.06	Marche Nordique « douce » - METZ parking de la patinoire (réservée aux personnes ayant suivi l'initiation	9h30 LAL	Noëlle EU-HAYOTTE
JE 28.06	SERVIGNY-les-Ste-BARBE - 11 km RDV parking de la salle des fêtes		Roland LANGENFELD

$\underline{Activit\acute{e}\ Randocaching} \\ \text{(voir les informations sur notre site)}$

Dimanche 15 avril à VIGNEULLES

Dimanche 20 mai à NOVEANT

Dimanche 17 juin à LORRY-les-METZ

S'inscrire auprès de Noëlle LALEU-HAYOTTE au 06.47.47.40.33



PROGRAMME MARCHE NORDIQUE

Pour les personnes ayant préalablement suivi une initiation

Animateurs:

Noëlle LALEU HAYOTTE, Yves BOULANGER et Jean-Paul METTIER

DATE	HEURE	LIEU
Mardi 3 avril	18h30	METZ - Lothaire
Samedi 7 avril	9h30	NOVEANT - Eglise
Dimanche 8 Avril *	9h30	WOIPPY - Mairie
Mardi 10 Avril	18h30	MARLY - Stade Delaître
Samedi 14 Avril	9h30	MARANGE-SILVANGE - Parking rue de l'Eglise
Mardi 17 Avril	18h30	WOIPPY - Mairie
Samedi 21 Avril	9h30	CHATEL-SAINT- GERMAIN - Parking rue de la Gare
Mardi 24 Avril	18h30	METZ - Portofino
Samedi 28 Avril	9h30	GORZE – Parking des Ecoles
Samedi 5 Mai	9h30	SANRY-LES-VIGY - Impasse de la Barrière
Mardi 8 Mai		NANCY ou MONTAUVILLE - METZ
Samedi 12 Mai	9h30	NOVEANT - Eglise
Dimanche 13 Mai *	9h30	FLEURY - Salle polyvalente
Mardi 15 Mai	18h30	MOULINS - Parking Tennis
Samedi 19 Mai	9h30	MARIEULLES - Mairie
Mardi 22 Mai	18h30	METZ - Patinoire
Samedi 26 Mai	9h30	VAUX - Salle des Fêtes
Mardi 29 Mai	18h30	MARLY - Parking de la Seille
Samedi 2 Juin	9h30	ROZERIEULLES - Parking Salle du Longeau
Mardi 5 Juin	18h30	MOULINS-LES-METZ - Parking CRS autoroute
Samedi 9 Juin	9h30	ARRY- Parking de l'église
Mardi 12 Juin	18h30	AUGNY - Salle des fêtes
Samedi 16 Juin	9h30	SAULNY – Parking de la Mairie
Mardi 19 Juin	18h30	PLAPPEVILLE - Salle polyvalente
Samedi 23 Juin	9h30	ROMBAS - Parking Fond St Martin
Dimanche 24 Juin *	9h30	METZ - Patinoire
Mardi 26 Juin	18h30	SAULNY - Parking Salle Polyvalente
Samedi 30 Juin	9h30	CHATEL-SAINT-GERMAIN - Parking des Tennis

* Marche nordique "douce"

Inscription nécessaire. Pour tout renseignement :

Noëlle LALEU-HAYOTTE: 06 47 47 40 33 ou laleu_noelle@orange.fr

N'hésitez pas à consulter notre site : ctlmetz.com

RANDO SANTÉ®



programme du 2° 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 avril	9h30	CENTRALE EDF DE LA MAXE RV Parking sur la rue de la Centrale Bus L111 - arrêt CENTRALE Jean-Claude et Denis
mardi 17 avril	9h30	LAC SYMPHONIE. RV: 104 Route de Borny Bus C14 - Station GANNE - rue Paul Niclausse. André et Norbert
mardi 1 ^{er} mai	9h30	LAC ARIANE RV parking gymnase du Lycée de la Communication Mettis - ligne B Francois ARAGO ou Bus C12 C17- FRANCOIS ARAGO face au gymnase Denis et Jean-Claude
mardi 15 mai	9h30	ECOPARC DE NORROY Bus Rapides de Lorraine, Direction Rombas - Station : BELLEVUE. RV ,Parking : Immeuble MELTEM Ecoparc Norbert et Jean-Claude
mardi 5 juin	9h30	PLAPPEVILLE rue Jean BAUCHEZ RV parking terrain de football - Bus C15 arrêt STADE Jean-Claude et Denis
mardi 19 juin	9h30	FORT DE QUEULEU RV et Parking : Entrée du Fort Bus C12 - Station ROEDERER André et Norbert

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



dimanche 3 juin 2018

MARCHE A ETAIN REPAS À LA FERME DE NAUMONCEL

Le matin marche de 10 km jusqu'à la ferme auberge

Repas servi à la ferme auberge de Naumoncel entre Gincrey et Senon

Au menu:

Crudités
Paëlla
Fromage et salade
Glace et coulis de fruits flambés à l'eau de vie

au prix de 15,00 € par personne, vin et café compris

L'après-midi marche retour Etain 10 km

BULLETIN DE RESERVATION MARCHE ET REPAS A LA FERME DE NAUMONCEL DIMANCHE 3 JUIN 2018

NOM	PRENOM
ADRESSE	
TEL	E-MAIL
Nombre de personnes : x 15 METZ)	,00 € = € (chèque au nom du CTL DE

à adresser à Irène Wankewycz 6 route de Thionville 57280 Maizières les Metz (tél. 06 08 57 94 81)

Date limite d'inscription le 22 mai 2018

11ème Marche Gourmande de METZ dimanche 17 juin 2018

Organisée au profit de l'Ecole des Chiens Guide de l'Est

BON DE RESERVATION

"Réservé exclusivement aux Membres du CTL DE METZ à jour de cotisation"

9h30 Départ du Complexe sportif Saint-Symphorien parking de la Patinoire à Longeville

Depuis 2008, c'est plus de 12 000 personnes inscrites dont de très nombreux Cétélistes. Départ de la patinoire pour la 11ème édition dont 3 nouvelles étapes, vers le long du Canal, l'Ilot St Symphorien, le Saulcy, le bord de Seille, le haut de Ste Croix, retour quai des Régates.

Balisé par le CTL de METZ, association de marche agrée FFRP, ce circuit de 10 km est ponctué de 6 étapes de dégustations d'un menu gourmand et régional.

Inscription par chèque libellé à l'ordre du LIONS Club et une enveloppe timbrée* pour la réponse. Si d'autres personnes vous accompagnent, joindre la liste, noms et prénoms à :

CTL M. Pierre SCHWARTZ 20 rue du Parc 57680 CORNY 06 73 86 81 73

Nbre: adultes x **28** € + enfants 6 à 16 ans **x 12** € = Total: €

Chaque ¼ d'heure entre 9h45 et 12h30 : Nbre de personnes ... x 32 €

*Nous correspondons par mail, dans ce cas ne pas joindre d'enveloppe timbrée.

Aucune inscription ne sera prise en compte sans l'enveloppe timbrée pour le retour. L'organisateur est assuré en assurance RC. La Marche Gourmande aura lieu par tous les temps. En cas d'empêchement, vous pouvez vous faire remplacer.

En cas de désistement, le montant restera acquis, au profit de « L'école des Chiens Guide de l'Est ». Tenue vestimentaire adaptée pour la marche.

RAPPEL : seul le départ de 9h30 est à 28 €, tous les autres sont à 32 € Téléchargement possible des documents sur le site : www.ctlmetz.com

NOM :	PRENOM
NOM :	PRENOM
VILLE :	CODE POSTAL LICENCE N°
TELEPHONE FIXE	PortableEMAIL

ANTE - PAROCOCALINA DE LA COLONIA DE LA COLO

LE CLUB TOURISTIQUE LORRAIN DE METZ

14 juillet 2018 JOURNEE FESTIVE AU CHALET DE GORZE

Jean-Paul Caufment vous invite à une journée "marche et repas convivial"

<u>le lieu</u> : le Chalet CTL de GORZE (1er chemin à gauche après le village en direction de Rezonville) parking devant le chalet

Le programme :

à 9h30 : départ des marcheurs pour une dizaine de km

à 12h30, repas préparé par Jean-Paul avec l'aide de charmantes personnes du CTL

Le menu:

- Apéritif : vin pétillant ou jus de fruits
- Amuse-bouches et petites tranches de pâté en croûte
- Melon au Porto et son jambon fumé campagnard
- Magret de canard et son accompagnement
- Duo de fromages
- Laitues et batavias bio du jardin
- Dessert : délices de mousses aux fruits
- Vins rouge et rosé, eau et café

au prix de 17,00 € par personne IMPORTANT : apportez sans faute vos assiettes, verres, couverts, petites cuillères et serviettes

Le repas sera pris en plein air ou, en cas de pluie, sous chapiteau et dans le chalet après-midi libre

Date limite d'inscription : le 4 juillet

JOURNEE PLEIN AIR au Chalet CTL de GORZE le 14 Juillet 2018

Nom:	Prénom :	
N° de licence :	Mail :	
Adresse:		Tél
Nombre de personnes :	. x 17,00 € = (chèque au 1	nom du CTL de METZ)

à adresser à : Jean-Paul CAUFMENT - 19 rue des Roses 57070 CHIEULLES -Tél 03 87 77 83 81

pour le 4 juillet au plus tard