

la Newsletter du CTL DE METZ

n° 2 - mai 2016

<http://www.ctlmetz.com>



les représentants du CTL à l'ECOTRAIL de Paris

Les chiffres du mois

315

le nombre d'adhérents à jour de cotisation

294

le nombre des licenciés

Editorial

Mai : nous espérons tous le retour des beaux jours pour pouvoir enfin profiter de randonnées sous le soleil.

Pour ce numéro 2 de notre lettre d'information, retrouvez l'actualité du Club, ainsi que des conseils pour bien utiliser notre site internet.

Nos activités qui font le plein

Les activités proposées dans nos derniers programmes ont connu un succès rapide. Certaines d'entre elles affichent aujourd'hui complet ; c'est le cas pour la rando de juin dans le Morbihan, la sortie Asperges de mai et la Marche Nocturne de juin.

La randonnée à Madère est, elle-aussi, complète depuis plusieurs semaines.

Vous pouvez encore vous inscrire au Repas Médiéval ou aux séjours à Saulxures, avant la parution du prochain programme et de nouvelles propositions de sorties.

La Charte du Randonneur

Randonner, c'est avant tout un plaisir : celui de profiter de notre belle nature, celui aussi de vivre en de belles expériences en collectivité.

Pour que nos randonnées se déroulent toujours dans cet esprit, la FFRandonnée a édicté un texte, **la Charte du Randonneur**, qui énumère des préconisations et des conseils pour codifier cette pratique.

Ces règles s'imposent à tous, mais elles sont souvent méconnues.

Vous trouverez l'intégralité de cette Charte dans notre site sous la rubrique :

« Le CTL - la Charte du Randonneur »

Le CTL balise la Marche Gourmande

Depuis 9 ans, le CTL s'associe au Lions Club dans l'organisation de la Marche Gourmande de Metz, dont il assure le balisage du circuit. Cette année encore, une dizaine de bénévoles assureront la mise en place de cette opération.

Alors, pour les amateurs de bons petits plats, rendez-vous le 22 mai avant 9h30 au Palais des Sports Saint-Symphorien.

Notez aussi, qu'une marche du Club est organisée ce même dimanche à Montauville, conduite par Marcel.

Une marche à deux niveaux chaque 1^o jeudi du mois

C'est désormais décidé : la ballade du premier jeudi de chaque mois sera organisée avec deux circuits, le second étant réservé aux cétélistes qui souhaitent marcher un peu moins vite et avaler moins de kilomètres.

Les premiers essais, sous la conduite de Norbert et André, ont fait l'unanimité : partant et arrivant au même lieu, les itinéraires seront calculés pour permettre une arrivée dans le même temps, de façon à permettre le co-voiturage des participants à l'un ou l'autre itinéraire.

Le CTL à l'Ecotrail de Paris

Le CTL de METZ était représenté à l'Ecotrail de Paris, le 19 mars dernier : sous la conduite de Noëlle, trois de nos membres ont terminé le parcours en temps et en classement honorables (voir les photos sur le site).

Leçon n°2 ; **comment bien télécharger notre programme trimestriel** :

Après avoir vu dans le dernier numéro comment contacter par mail un responsable à partir de notre site, la leçon n°2 vous donne quelques conseils pour télécharger correctement le programme trimestriel, selon vos besoins.

Il serait souhaitable que chacun s'entraîne à cette pratique, en vue de sa généralisation dans l'avenir : modernité et rapidité de cet outil, et économies pour le Club, voilà trois bonnes raisons qui font que le Comité sera appelé un jour ou l'autre, à favoriser ce mode de communication.

Tout d'abord, il n'est pas inutile de rappeler deux choses :

- télécharger un fichier, ce n'est pas obligatoirement en vue de son édition sur papier ; vous pouvez, en effet, vous contenter de sauvegarder les fichiers sur votre ordinateur, et les consulter à l'écran, évitant ainsi de gaspiller du papier.

- télécharger le programme, ce n'est pas non plus s'intéresser à l'édition complète ; vous ne téléchargez que ce qui vous intéresse, soit le programmes des marches, soit les fiches d'activités, soit encore la seul fiche d'activité qui vous concernera.

La page du site qui vous permet de télécharger le programme est accessible à partir de l'écran d'accueil dans l'onglet "le programme", qui propose plusieurs rubriques, dont celle intitulée "télécharger le programme".

Vous sélectionnez l'option "télécharger le programme" qui se présente comme suit :



Il ne vous reste plus qu'à faire votre choix en suivant les instructions, pour télécharger le programme de marches du trimestre, et -ou- les fiches d'activités.

Les fiches d'activités peuvent également être téléchargées à l'unité, lorsque vous consultez l'onglet « inscription aux activités ».

Vous trouverez dans la prochaine "Newsletter du CTL DE METZ" une rubrique : "comment consulter les archives photos et vidéo"

6 chefs de cours en formation (suite)

Comme annoncé le mois dernier, 6 chefs de course ont suivi leur stage préliminaire à la formation SA1 et à celle de Rando-Santé.

Dans une excellente ambiance, et avec une quinzaine d'autres bénévoles venant de toute la Lorraine, cette session a permis de faire le point sur des notions élémentaires de jurisprudence, de conduite de groupe et d'orientation.

Vous remarquerez dans les prochaines marches que certains d'entre eux sortiront la boussole et la carte ; ce n'est pas qu'ils seront perdus, mais il s'agit tout simplement de faire avant le prochain stage quelques exercices pratiques, indispensables à l'obtention du diplôme !

Prochaines parutions :

début juin : le programme du 3^e trimestre 2016

début juillet : la Newsletter n°3