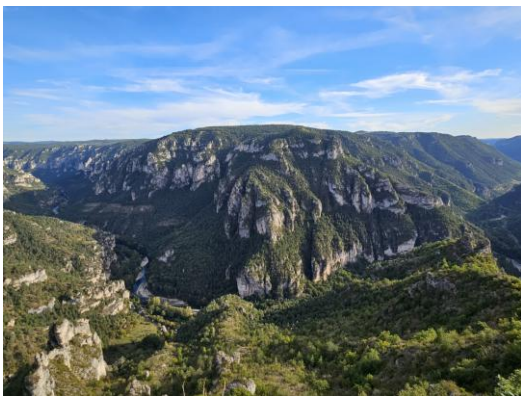


BULLETIN N° 97

Mars 2024

Le mot du Président :



Avec l'arrivée du printemps, les paysages reprennent doucement des couleurs, les premières fleurs pointent le bout de leur nez, la faune se réveille et nous, on n'a qu'une seule envie, sortir profiter du grand air et en finir avec les longues journées d'hiver !

Le renouvellement de nos adhérents se poursuit pour la 3^{ème} année consécutive, c'est dire la bonne ambiance qui règne au sein du club. Que chacun y trouve son plaisir, celui de partager un moment de convivialité, d'échange et de découverte.

La formation n'est pas en reste, trois de nos licenciés sont inscrits dans un processus d'animateurs de randonnée.

Le Point sublime ↑ Gorges du Tarn

L'évènement 2024 : "La Grande Randonnée vers Paris"

À l'occasion des Jeux olympiques et paralympiques, la Fédération française de randonnée organise sept marches au départ de plusieurs villes de France pour converger à Paris le 12 mai. Plus de 10 000 km seront parcourus à pied sur 560 étapes.

Cette initiative inédite vise à renforcer les liens entre le sport, la nature et la célébration collective, en mettant en avant la diversité des paysages et des cultures françaises. Au-delà de l'aspect sportif, la Grande randonnée vers Paris constitue une opportunité unique de promouvoir la santé, le bien-être, le respect de l'environnement et de transmettre les valeurs portées par la FFRandonnée depuis plus de 75 ans auprès d'un large public.

Notre club a accompagné les deux ambassadeurs de Villefranche de Rouergue à Beauregard dans le Lot, le dimanche 3 mars (26km). Parmi les 200 participants, ils étaient neuf adhérents du club à arpenter des chemins boueux et glissants dans une ambiance très conviviale.

Pourquoi randonner en groupe ?

Plusieurs études montrent que cela affecte positivement notre esprit, diminue le stress et améliore la créativité et la confiance en soi. La randonnée permet également de découvrir notre patrimoine, de nouveaux lieux, de nouveaux monuments, parfois juste à côté de chez soi ou à quelques kilomètres.

L'encadrement des randonnées pour une meilleure sécurité

Pour chaque groupe seront désignés un animateur qui prendra la tête tout au long de la randonnée et un serre-file pour sécuriser l'arrière du groupe.

Sécuriser les traversées de routes en l'absence de passage, de la manière suivante :

- attendre le regroupement des randonneurs,
- faire traverser la chaussée à l'ensemble du groupe, perpendiculairement à son axe (article R412-39 du code de la route),
- l'animateur et le serre-file se placeront respectivement en amont et en aval pour sécuriser la traversée.

Le balisage :

La saison de balisage va débuter. Lors de notre réunion du mercredi 06 mars, chaque baliseur officiel a répondu présent et a pris en charge un tronçon à rafraîchir. Merci à ces bénévoles qui par leur action, permettent à l'ensemble des randonneurs de parcourir nos sentiers en toute sécurité. Si le balisage vous intéresse, des stages sont à votre disposition, le prochain se déroule les 4 et 5 mai à Pont les Bains, ils sont pris en charge par le club. Vous pouvez également accompagner un baliseur officiel pour une expérience avant de vous engager.

Le samedi 20 avril aura lieu « l'Ultra Trans Aubrac ». Ce trail conduit les participants de Bertholène à St Geniez sur une distance de 106.5km, 3420m de dénivelé positif et 3600m de négatif. Depuis sa création, voilà 17 ans, nous participons à l'encadrement et à la sécurité pour la traversée des routes, merci aux bénévoles qui assurent la bonne organisation.

L'organisation de nos sorties de plusieurs jours se poursuit :

- Voyage en Sierra de Guara du 28 avril au 03 mai. Le séjour est complet avec 26 participants. La mise en place du co-voiturage est lancée.
- Concernant le séjour au Mont Dore du 04 au 07 juin, c'est 41 participants qui sont inscrits. Le deuxième acompte de 130 euros par personne est à régler pour le 10 avril et le solde de 130 € par personne est à régler avant le 10 mai, (contact François Ladet).

Journées Prim'air nature : Cette année l'USEP ne participe pas aux Prim'air nature préférant se consacrer à des activités liées au Jeux Olympiques.

Seul l'UGSEL prévoit une journée (date non définie) peut être serons nous sollicités ?

Rando détente :

Elle aura lieu le jeudi 20 juin, au chalet Marcel Paul aux pistes du Bouyssou de Laguiole. Il vous sera proposé 1 circuit de randonnées à la portée de tous.

Le repas de midi (truffade-saucisse) sera pris au chalet et est offert par le club. Nous vous attendons nombreux. **Pensez à amener vos couverts. Le départ est prévu à 8 heures au parking de la salle des fêtes de Saint Côme.**

Sortie familiale du dimanche 02 juillet : Le Château de Bournazel

Un site patrimonial d'exception : le château de Bournazel et son jardin

Après une quinzaine d'années de rénovation, le château de Bournazel figure parmi les plus remarquables châteaux renaissance du sud de la France de par son architecture novatrice et par la qualité de son décor sculpté. Enrichi de meubles, d'objets d'art et de peintures d'époque, ce château et son jardin nous plongent dans l'atmosphère humaniste et lettrée d'un siècle d'or à jamais disparu.

Le jardin est un des très rares jardins au style renaissance ce qui lui a valu l'obtention du label Jardin Remarquable en janvier 2019.

Assemblée Générale de notre club :

Elle aura lieu le samedi 28 septembre à la salle des fêtes de Saint Côme. Retenez d'ores et déjà cette date.

Programme 2ème trimestre 2024 :

Est joint, en annexe à ce bulletin, le programme du 2ème trimestre 2024, merci aux animateurs qui l'ont préparé et bonne lecture à tous.

Le Président

Bulletin N° 97 du 19/03/2024

La Secrétaire

Berthomieu André

Rous Ginette