



FIL CONDUCTEUR

Saison 2010-2011—n°79

Date de parution : novembre 2011

comité des scribouillards – Marie Jo Gendron (06 33 96 29 23) ; Claudie Boulet ; Michel Canova ; Mireille Chevrollier ; Jean Jacques Couturier ; Dominique Grillet ; José Grillet ; Philippe Machu

Bonjour !

Notre Assemblée Générale du 13 octobre a réuni 62 de nos adhérents dont 7 nouveaux inscrits pour 2012 , la présence de M. Prillard, adjoint au Maire, en charge des activités sportives et M. Faure, conseiller municipal.

Le rapport présenté par Jean Jacques Couturier s'est attaché à :

- saluer le travail réalisé par chacun,
- réaffirmer le rôle essentiel de l'accompagnateur,
- pointer nos réalisations en termes de communication, de formation
- et tracer les perspectives pour 2012.

Pour l'an prochain : une nouveauté.

En effet, nous vous proposons des sorties en dehors du cadre habituel, donc un peu plus lointaines. Le confort, la sécurité et un coût abordable ont guidé notre réflexion dans l'élaboration de notre calendrier 2012, avec davantage de sorties en car. M. Prillard appuiera notre demande d'une subvention auprès de la communauté d'agglomération pour étayer notre projet.

Avec André Caillaud, nous avons découvert qu'au cours de cette saison 2010-2011 nous avons parcouru **1.202.700 km** de chemins et sentiers, soit la distance comprise entre Vaires et Madrid ! C'est le bilan de 17 randonnées du dimanche, de celles des lundis après midi, des randos actives du jeudi, des 4 jours dans les Alpes Mancelles, des 4 sorties à thème dans Paris, de la rando locale de la Fête de la Marne, de celle du téléthon, et des participations d'Hors Circuit à des manifestations extérieures (Barbizon, Marche du printemps, rando Décathlon, GDF Suez), la journée du patrimoine, le séjour Cap France dans le Limousin.

En plus de tout cela, notre trésorerie affiche une bonne tenue avec un bilan positif cumulé grâce à la gestion rigoureuse de nos finances par Chantal Faye qui nous a présenté le bilan financier. Cela nous permet pour 2012 d'investir davantage encore dans la formation, gage d'un encadrement de qualité de nos sorties.

Notre assemblée générale a élu le nouveau bureau (les 5 membres sortants) et accueilli deux nouvelles « bonne volonté » : Gilles Fouquet et José Grillet.



Jean Jacques Couturier
Réélu
Président



André Caillaud
Réélu
Communication ;
Lien
Accompagnateurs



Claudie Boulet
Réélue
Secrétaire



José Grillet
Elu
Secrétaire Adjoint



Alain Millon
Réélu
Vice Président



Chantal Faye
Réélue
Trésorière



Gilles Fouquet
Elu
Trésorier Adjoint

Dans ce numéro :

| | |
|---------------------------------|-----|
| L'édito | P.1 |
| Sur nos pas... | P.2 |
| Nos prochains rendez vous | P.3 |
| Info diverses | P.3 |
| Votre cliché préféré | P.4 |
| À la rencontre de nos adhérents | P.4 |
| Mots codés | P.4 |

Nous souhaitons bonne marche à tous nos adhérents pour cette nouvelle saison 2011-2012 !

Tout était réuni pour que cette rando soit réussie.....et elle le fut.

Dans la première partie du parcours, la Seine et Marne nous a offert ce qu'elle a de plus varié dans la composition de ses paysages : des champs bien sûr, des vallons boisés et encore très verdoyants, notamment celui de l'Aubetin, un plaisir des yeux. D'autant que le temps s'est avéré clément, surtout compte tenu de ce qu'il nous avait laissé entrevoir la veille au soir. Nous savons combien ce paramètre revêt d'importance pour le randonneur. La seconde partie de l'itinéraire s'est avérée plus classique, la Brie plate ou presque, et cultivée qui contribue largement à la notoriété de notre région.

Une visite du musée de l'apiculture nous a été proposée par Marie Jo et Michel. Force détails, tous très intéressants nous ont été communiqués par notre hôte sur le mode de vie d'une ruche et sur les attributions bien précises des différents membres la constituant : la Reine, les mâles et les ouvrières.

Un exemple d'ordre, d'organisation et d'efficacité ainsi obtenue. Y règne la discipline et le goût du travail.

Michel Canova

18 septembre 2011

Le Menhir de Beauthail



SUR

NOS

PAS

9 octobre 2011

Arrosés à ROZAY



Malgré un temps morose, 37 inscrits, 37 partants. Parmi ces randonneurs déjà des « pères Noël » aux longues capes rouges et leur hotte chargée de victuailles pour la pause café, plus tard le déjeuner et peut être le goûter si la pluie cesse de nous arroser.

Le café et les gâteaux sont les bienvenus et dégustés entre deux gigantesques tracteurs et bottes de foin. Bien sûr ce n'était pas un *** étoiles mais nous étions à l'abri.

Aucune amélioration côté ciel et les premières couleurs automnales sont bien tristes.

Après quelques craintes, nous avons pu accéder au « refuge » grâce à un petit tour de magie de M. Martin. Chacun s'installe, les hottes se vident, fromages, friandises et café circulent. La pause terminée les pèlerins repartent sous la pluie, et d'un commun accord nous écourtons la rando et apprécions d'être aux voitures, enfin au sec...

Mireille Chevriollier

Dammartin sur Tigeaux présente cette particularité de compter parmi les "bons coins" de Seine et Marne, privilège dû au fait de sa situation au bord du Morin.

Vallée sympathique dont les coteaux environnants offrent des aspects agréables ; *oui, mais à la belle saison* feront observer les esprits réalistes qui abondent dans le peloton des membres de "Hors Circuit". Certes, mais le randonneur n'a-t-il pas cette capacité à imaginer ce qu'est l'été à l'endroit même et à l'instant même où il marche dans la boue en hiver ? Cette faculté de transposition vient du fait, et surtout du parce qu'il est aguerri aux tous terrains pratiqués en toutes saisons.

Vingt kilomètres de bonheur, de ce bonheur que l'on éprouve à être ensemble, à échanger.....eh oui, même des blagues. Elles sont le sel qui donne le goût à notre démarche sportive.

Merci à Mireille et à Henri qui ont su donner de la saveur au "plat" qu'ils nous présentaient.

Michel CANOVA

6 novembre 2011

Dammartin sur Tigeaux





nos prochains rendez-vous...



Les horaires donnés ici sont les horaires de départ ; de la ponctualité de chacun dépend le confort de tous.

| DATE | LIEUX | HORAIRES | ACCOMPAGNATEURS 1 | ACCOMPAGNATEURS 2 | TYPE | DETAILS |
|------------|-------------------|-------------|--------------------------------|--|------|------------------------------|
| 14/11/2011 | | | H MORIN - 06 65 66 84 51 | | | |
| 17/11/2011 | | 09h00 Cosec | Y. GOUROVITCH - 06 71 65 41 63 | JJ COUTURIER - 06 60 11 52 12 | RD | |
| 17/11/2011 | | 13h30 Cosec | L MILLON - 06 62 82 64 37 | H MORIN - 06 65 66 84 51 | RA | |
| 20/11/2011 | RANDO BUFFET | 08h00 Cosec | M. LECOUTE - 01 60 08 82 82 | Ch PERROT - 06 87 47 37 61 | RN | |
| 21/11/2011 | | 13h30 Cosec | M. CANOVA - 06 20 02 01 24 | H MORIN - 06 65 66 84 51 | | |
| 28/11/2011 | | 13h30 Cosec | H MORIN - 06 65 66 84 51 | | | |
| 01/12/2011 | | 09h00 Cosec | G. JEANNIN - 01 60 08 75 34 | | RD | |
| 01/12/2011 | | 13h30 Cosec | JJ COUTURIER - 06 60 11 52 12 | | RA | |
| 05/12/2011 | | 13h30 Cosec | Ch PERROT - 06 87 47 37 61 | MJ GENDRON - 06 33 96 29 23 | | |
| 12/12/2011 | | 13h30 Cosec | L MILLON - 06 62 82 64 37 | G. JEANNIN - 01 60 08 75 34 | | |
| 11/12/2011 | De Vaires à Lagny | 08h30 Cosec | M.HILLER - 06 23 81 17 19 | Y. GOUROVITCH - 06 71 65 41 63 | RN | Attention : Horaires d'hiver |
| 15/12/2011 | | 09h00 Cosec | Y. GOUROVITCH - 06 71 65 41 63 | C. BOULLET - 06 77 31 07 53 | RD | |
| 15/12/2011 | | 13h30 Cosec | A MILLON - 06 20 82 08 01 | | RA | |
| 17/12/2011 | Paris by Night | ??h?? Gare | A CAILLAUD - 01 60 08 92 48 | JJ COUTURIER - 06 60 11 52 12 M.HILLER - 06 23 81 17 19 | | Attention : Départ gare SNCF |
| 19/12/2011 | | 13h30 Cosec | M.HILLER - 06 23 81 17 19 | G. JEANNIN - 01 60 08 75 34 | | |
| 26/12/2011 | | 13h30 Cosec | G. JEANNIN - 01 60 08 75 34 | M.HILLER - 06 23 81 17 19 | | |
| 05/01/2012 | | 09h00 Cosec | G. JEANNIN - 01 60 08 75 34 | L MILLON - 06 62 82 64 37 | RD | |
| 05/01/2012 | | 13h30 Cosec | H MORIN - 06 65 66 84 51 | | RA | |
| 08/01/2012 | RANDO GALETTE | 08h30 Cosec | M. GENDRON - 06 86 41 73 16 | M. LECOUTE - 01 60 08 82 82 | RN | |
| 09/01/2012 | | 13h30 | Ch FAYE - 06 71 47 40 25 | | | |

| | | |
|---|------------------------------------|--|
| Dimanche ; de 18 à 22 km ; Rando Normale (RN) | Lundi ; 12 km ; Rando Normale (RN) | Jeudi matin ; 8 km ; Rando Douce (RD) |
| Dimanche ; de 18 à 22 km ; Rando Intense (RI) | Autre | jeudi après midi ; 12 km ; Rando Active (RA) |

Elle donne...

Une paire de chaussures de rando
Pointure 39
Appeler Colette : 06 86 99 52 89

N'oubliez pas de consulter
Le numéro spécial
du Fil Conducteur

Séjour dans le Limousin

également sur le site !



- Mais qu' est-ce qui se cache derrière ce Menhir ?
- Mais où est passé Obélix ?
- La découverte du randonneur.

Prochain cliché préféré : rando du 11 décembre 2011

*Amis reporters , à vos appareils photos !
Amis randonneurs, préparez -vous à voter !*

A la rencontre des adhérents de Hors Circuit (par Dominique et José Grillet)



Nous pénétrons aujourd'hui chez Claudie Boulet
...Univers feutré,
ambiance musicale douce...



Son intérêt pour la médecine traditionnelle chinoise et l'utilisation d'huiles essentielles pures et naturelles aux vertus thérapeutiques ont conduit Claudie à prendre des cours afin d'approfondir ses connaissances. C'est ainsi qu'elle découvre la « réflexologie plantaire ».

Il s'agit d'une technique manuelle douce de massage du pied avec une huile végétale enrichie d'huiles essentielles qui a pour but de débarrasser le corps du stress, tensions, toxines, émotions négatives, afin de redonner équilibre et dynamisme à l'organisme.

Claudie pratique aussi la réflexologie faciale qui aide à surmonter les chocs émotionnels brutaux, également le sevrage du tabac, etc..

Et pour un moment de bien être, que diriez-vous d'un massage indien du visage aux huiles essentielles de rose ?

Pour en savoir plus : www.reflexozen77.fr

Contactez-nous, parlez-nous de votre passion

Remplacez les chiffres par des lettres

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|----|---|---|---|----|----|----|---|----|----|----|----|----|---|----|---|
| | | | | | | | | | 14 | | | 7 | | 14 | |
| | | | | | 10 | 13 | 6 | 20 | 11 | 1 | 12 | 11 | 7 | 2 | |
| 9 | | | | | 7 | | | | 15 | | | 20 | | 11 | |
| 14 | | | | | 14 | | | | 7 | | | | 5 | 17 | |
| 11 | | | 7 | | | 13 | | | 6 | | | 2 | | 18 | |
| 17 | 7 | 2 | 1 | 14 | 4 | | | 14 | | | 2 | | | 16 | |
| 8 | | | | | 19 | | | 1 | | 7 | 2 | 6 | 4 | 2 | |
| 14 | | | | 10 | 9 | 2 | 6 | 1 | 1 | 2 | | | | 1 | |
| 4 | | | | 1 | | | | | | | 20 | 6 | 7 | 2 | |
| | | 3 | 6 | 2 | 1 | | | | | 13 | 14 | 1 | 1 | 2 | 4 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|--|--|
| L | | M | | | | I | | | | B | | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | | |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|----|--|--|--|---|--|--|--|--|
| | | V | | | | | | | | Y | | | | |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | | | | | | | | |

Lieu à trouver

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|--|---|---|---|---|---|---|--|--|---|---|--|--|
| | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | 2 | | 3 | 2 | 4 | 5 | 6 | 7 | | | 8 | 2 | | |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|----|----|----|---|---|---|---|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | | | | | | | | | | |
| 9 | 2 | 10 | 11 | 12 | 5 | 2 | 6 | 1 | | | | | | |

Mots codés

(par José Grillet)

REPLACER LES CHIFFRES PAR DES LETTRES

Remplacez les chiffres par des lettres

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|--|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | | | | | | | P | | | R | | |
| I | | | | | | | | | | | | | | | | | | | R |
| M | A | R | C | H | E | U | R | | | | | | | N | O | E | U | D | |
| P | | R | | | | | | | J | | | | | M | | | I | | |
| E | | R | A | N | D | O | N | N | E | U | R | | | E | | | S | | |
| R | | M | | | | | | | M | | | | | N | | | S | | |
| M | | | P | O | N | C | H | O | | E | | | | C | A | P | E | | |
| E | | | O | | | | | | | | | | | L | L | A | D | A | |
| A | | | | | | | | | | | | | | V | I | L | L | A | |
| B | | | | | | | | | | | | | | N | E | | S | | |
| L | I | A | I | S | O | N | | | | | | | | N | S | | S | | |
| E | | | | | | | | | | | | | | T | | | S | | |
| | | | | | | | | | | | | | | N | L | A | T | I | |
| | | | | | | | | | | | | | | T | | | T | U | |
| | | | | | | | | | | | | | | C | A | R | T | E | |
| | | | | | | | | | | | | | | U | G | U | J | D | |
| | | | | | | | | | | | | | | P | | | O | | |
| | | | | | | | | | | | | | | X | L | O | N | G | |
| | | | | | | | | | | | | | | | I | T | U | D | |
| | | | | | | | | | | | | | | | E | | | | |

CODAGE

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| M | A | R | C | H | E | U | O | P | I | N | D | L | J | S | G | T | V | B | X |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |

Mot à trouver

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|--|---|---|---|---|---|---|--|---|---|--|---|---|--|---|---|---|---|
| L | E | S | | B | U | T | T | E | S | | D | E | | L | A | | D | O | U | E |
|---|---|---|--|---|---|---|---|---|---|--|---|---|--|---|---|--|---|---|---|---|

>> Solutions dans le prochain numéro