



Hors Circuit

Vaires à pied



Nov 2023

Séjour en Normandie

Edito de Françoise

Depuis longtemps on en parlait de cette traversée ! C'est vrai que pour un club de rando, l'expérience est presque incontournable. Découverte d'un espace naturel particulier, très particulier, mais aussi randonnée singulière... Marche sur sables mouvants, pieds nus, parfois en s'appuyant sur des bras salvateurs !...

Cette traversée de la baie du Mont St Michel a ponctué le séjour de plus de 40 participants dans le sud du Cotentin, en Septembre dernier. Les autres journées ont permis de randonner dans cette région ostréicole réputée et de découvrir le patrimoine local, méconnu et étonnant parfois. Petit aperçu dans les pages qui suivent grâce à nos rédacteurs. Et pour compléter le voyage, n'oubliez pas de regarder les photos de ce séjour sur notre site. Un grand merci à tous nos rédacteurs, photographes et bien sûr à Martine pour la mise en page.

Ce séjour a débuté le 25 Septembre, jour anniversaire des 20 ans d'Hors Circuit. Il marque aussi le début d'une année particulière pour notre association. Cette année sera bien sûr sportive avec des randonnées et séjours concoctés par nos animateurs que nous remercions, mais aussi avec les JOP en toile de fond, l'occasion pour notre fédération et le Coderando 77 d'organiser « La grande marche vers Paris », puis pour notre club de s'associer à cet évènement qui passera par Vaires : nous en reparlerons. Cette année sera aussi festive, créative : le groupe « 20 ans » y travaille.

Nous vous souhaitons une belle année à Hors Circuit. Merci aux animateurs qui s'engagent dans des projets et merci à vous tous de votre confiance pour nous suivre sur les chemins.

N'oubliez pas de répéter la chanson écrite par Renaud sur l'air des « jolies colonies de vacances ». Nous aurons de nombreuses occasions de la chanter cette année.

Les jolies randonnées d'hors-circuit

Renaud Robillard



Les jolies randonnées d'hors-circuit

Merci hors-ci merci cui cui

Tous les ans y'en a plein qui r'mettent ça ah ah ah ah

Hors circuit c'est cuit c'est quoi

1

L'lundi matin y'a la classique
13 km mais y'a un hic
Ça fait trop pour les p'tits mollets
On n'les voit pas de l'a journée
Ils se rattrapent le jeudi
8 km c'est mieux ainsi
Pis arrive l'après-midi
C'est la relève tous aux abris

2

3 jours après ça recommence
Des randonneurs qu'ont la cadence
L'jeudi matin y'a trois randos
Qu'il pleuve qu'il neige ou qu'il fasse chaud
Douce, classique et puis soutenue
8, 13 ou 16, 3 heures pas plus
Chacun son rythme, c'est ça qu'est chouette
Pont tous partants tous bien alertes

3

Toutes les 3 semaines seulement l'dimanche
Rando journée pour ceux qu'sà branchent
On mange pour une somme modique
On sort du sac un beau pique-nique
Une fois par mois tous les lundi
La rando douce est la aussi
Les langues aussi elles se délient
Tout comme les yeux qui s'ouvrent aussi

4

Mais j'oubliais les beaux séjours
Hiver été ça vaut l'détour
Avec raquettes ou dans la flotte
On s'retrouve tous avec nos potes
Pour 3/4 jours ou une semaine
On s'éclate à en perdre haleine
Pis y'a aussi l' 5 ème jeudi
Pour tous les goûts toutes les envies

5

On marche aussi parfois la nuit
Pour l'oxygène c'est le mardi
Avec nos lampes de mineur
On marche ensemble même pas peur
C'est maintenant le moment d conclure
Ça fait 20 ans je vous le jure
Qu'hors circuit faut dire qu'elle assure
On est très bien dans ses chaussures

SUR NOS PAS

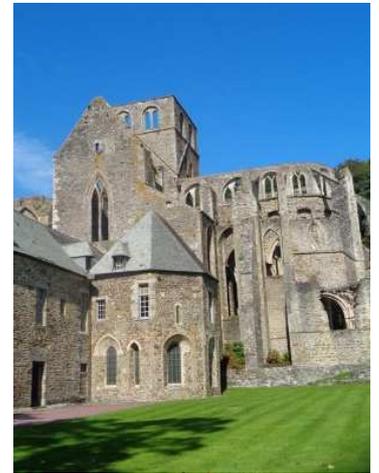
Lundi 25 septembre Danièle Vergne

Partis à « la fraîche », de Vaires, encore un peu endormi, Renaud a attendu le moment opportun pour animer le groupe en le faisant chanter sur des paroles, de sa composition, inspirées des « jolies colonies de vacances » de Pierre Perret. L'entrain que nous y avons mis augure bien des belles surprises qui nous attendent toute l'année pour fêter les 20 ans de HORS CIRCUIT. Arrêt à l'aire de Vironvay pour " charger un peu les batteries « et en route pour la traversée du bocage normand avec de belles lumières.



Découverte de l'Abbatiale de Hambye, qui a subi de nombreuses vicissitudes depuis le XII^{ème} siècle. Située dans la vallée verdoyante de la Diquette, rivière que les moines ont détournée en construisant un bief pour s'approvisionner en eau, l'abbaye bénédictine,

construite selon le plan le plan de Saint Gall a compté jusqu'à 60 moines, convers et paysans. Les moines suivaient la règle de Saint Benoît: Obéissance, Silence, Chasteté, Humilité, Pauvreté.



Visite guidée du Scriptorium (étude et écriture à main levée des manuscrits sur vélin) comprenant une cheminée pour conserver l'agilité des doigts, la cuisine avec sa cheminée et son potager (destiné aux potages et au maintien des aliments au chaud).



Dans la salle du chapitre, avec ses très jolies voutes, la parole était autorisée pour l'organisation de l'abbaye, sinon c'est le langage des signes qui était utilisé.

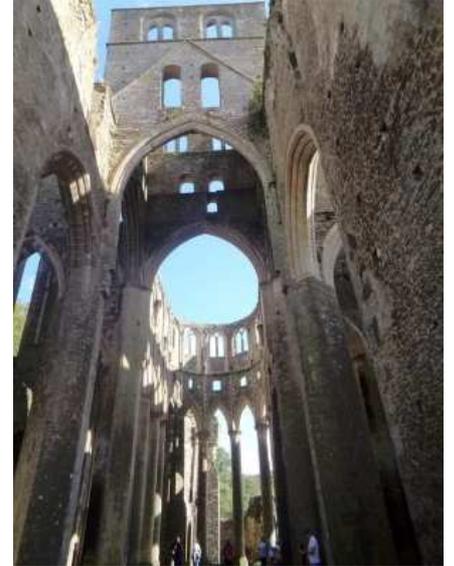


SUR NOS PAS



Puis nous découvrons quelques peintures dans la cave où étaient entreposés les fûts d'alcool et qui servait aussi de chambre funéraire avec une très belle Pietà en bois, du XVIème siècle.

Les ruines de l'église s'élèvent vers le ciel et paraissent d'une hauteur impressionnante. Cette église débutée sous l'époque romane et terminée 100 ans plus tard sous l'art gothique, est surélevée par rapport aux bâtiments de l'abbaye. Il est aisé de comprendre l'engouement des romantiques au XIXème siècle pour ce lieu survolé par les choucas.



Cette belle visite a été suivie d'une randonnée courte sous les frondaisons pour une mise en jambes. Les plus courageux ont choisi une randonnée plus longue et nous sommes repartis pour le VTF du Sénéquet à Blainville où nous avons reçu un chaleureux accueil dans des maisons individuelles situées sur un sable herbu au milieu des pins, la mer proche derrière la dune.



Le Sénéquet

En 1857, on construisit une tour de 12 m de haut sans feu. Suite au naufrage de l'Antilope, le 14 décembre 1858, on décide de surélever la tour pour la transformer en phare (1860-1861). Le phare fut transformé en 1937 en feu automatique permanent. La hauteur actuelle du phare est de 26 m. A l'origine, la lanterne, à plan décagonal, était ornée à chaque angle d'une tête de lion et surmontée d'un globe et d'une girouette. L'optique a été démontée en 1944 par les Allemands qui l'auraient emportée à Berlin ; elle ne fut jamais retrouvée. Actuellement, son feu blanc et rouge porte à 13 et 10 milles.



Phare du Sénéquet



Phare du Sénéquet

SUR NOS PAS

Mardi 26 septembre

Hélène Chiocarello



Il fait beau, avec un léger vent agréable. Nous quittons le village (rando courte) à 9 h 15 et marchons un moment dans les dunes où nous voyons la « Cabane Vauban », construite en 1744, elle abritait (comme d'autres entre le Mont Saint Michel et la Hague) les douaniers chargés de défendre nos côtes des invasions anglaises.

Nous passons près d'un beau moulin à vent édifié en 1870. Il avait été laissé à l'abandon puis restauré et depuis 2014, il fonctionne à nouveau et produit de la farine.



Nous arrivons à Gouville-sur-Mer et faisons une petite pause aux toilettes municipales. Il y avait en face un magasin de vêtements pas chers mais Gilles nous dit « pas le temps » nous repartons aussitôt. Nous avons déjà quitté la ville quand Yves a constaté que Michèle n'avait plus son sac à dos... elle l'avait oublié dans les toilettes !

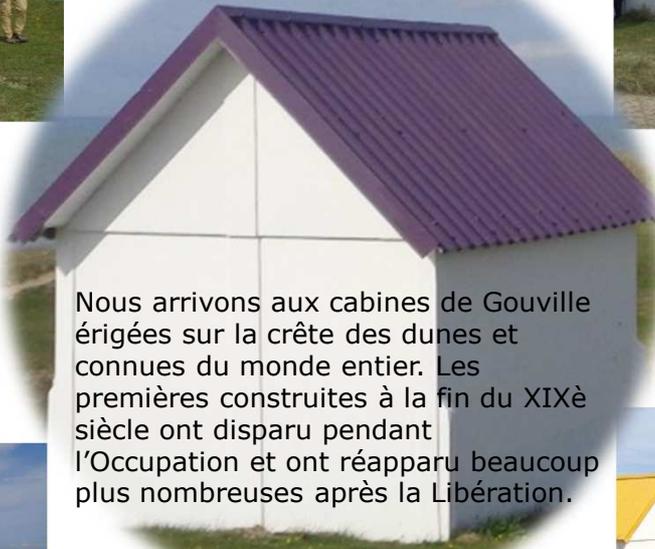


Il est donc reparti, nous l'avons attendu et heureusement il a retrouvé le sac.
Moralité si nous nous étions attardées au magasin de vêtements peut-être que Michèle se serait aperçu plus tôt qu'il lui manquait quelque chose !

SUR NOS PAS



Pique-nique au soleil sur la plage...



Nous arrivons aux cabines de Gouville érigées sur la crête des dunes et connues du monde entier. Les premières construites à la fin du XIX^e siècle ont disparu pendant l'Occupation et ont réapparu beaucoup plus nombreuses après la Libération.



Puis la loi « littoral » les a limitées à 71, bien alignées avec des critères précis : 2,4 m x 3 m, elles doivent être entretenues, murs blancs, toits multicolores, uniquement destinées à entreposer le matériel de plage et à se changer. Les propriétaires paient à la commune 150 € par an pour l'occupation du sol.

A la sortie de la plage il y a un café et nous avons le temps de prendre une consommation bien qu'étant très mal reçus par un propriétaire très désagréable. Nous sommes rentrés au VTF très contents de cette belle journée.

SUR NOS PAS

Mercrèdi 27 septembre

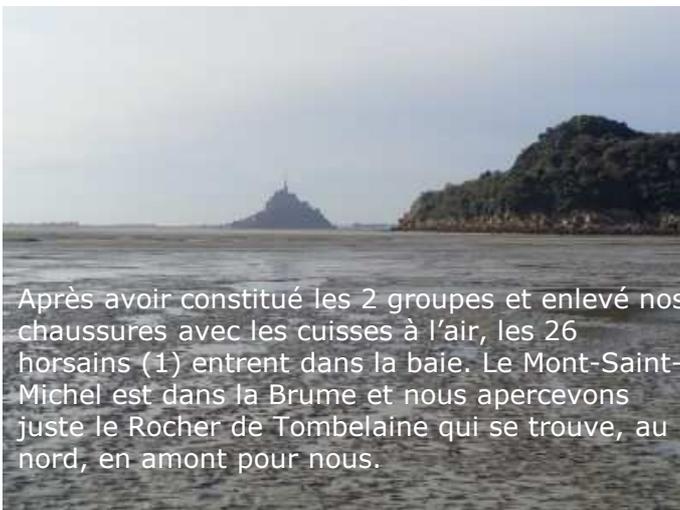
Dominique Houteville

Aujourd'hui, nous commençons par une charade :
mon 1^{er} est un possessif ; mon 2^{ème} est propre à la femme ; mon 3^{ème} est une forme de pain ;
mon 4^{ème} est une lettre de l'alphabet.

Mon tout est notre destination du jour.

Et oui, vous avez trouvé la solution, il s'agit du Mont Saint Michel et de sa baie vers lesquels nous mettons le cap, de nuit ce matin, à 7h30 (il faut dire que nous sommes à l'ouest).

Sur le parking du Bec d'Andaine, Jacques de Haro nous fait la surprise de se joindre à nous pour cette journée-phare (du Sénéquet) de notre séjour en Normandie. Ici, je vous relate la rando du groupe qui ne fera que l'aller, à marée basse, jusqu'au Mont Saint-Michel avec retour au parking des cars par la navette.



Après avoir constitué les 2 groupes et enlevé nos chaussures avec les cuisses à l'air, les 26 horsains (1) entrent dans la baie. Le Mont-Saint-Michel est dans la Brume et nous apercevons juste le Rocher de Tombelaine qui se trouve, au nord, en amont pour nous.

Sacha nous guide entre sables, vases, cours d'eau,... et nous parle de la « flore » (algues, salicorne,...), de la « faune » (tadorne de belon, goéland,...). Nous voyons aussi beaucoup de coquillages : coques, nacres d'huîtres ; oeufs de raie séchés, des méduses. Nous traversons la rivière le Lerre. Il y a de la chute dans l'air (c'est pour la rime mais il y en a eu une, vraiment ! Trois rivières se déversent dans la baie : La Sée, la Sélune et le Couesnon qui a mis le Mont en Normandie. Nous apercevons sur notre gauche Genêts dont le port fut très actif. Enfin, le ciel se déchire, laissant apparaître le Mont Saint-Michel dans le ciel bleu et sous le soleil.

Nous faisons une halte au bas du rocher de Tombelaine qui garde des fortifications militaires datant de la guerre de cent ans et qui a été racheté par l'Etat pour en faire une réserve ornithologique depuis 1985. Nous poursuivons notre chemin, tels des pèlerins avec, pour point fixe, l'abbaye et son Archanqe Saint-Michel.



Sacha nous montre l'effet des sables mouvants en s'enlisant jusqu'aux genoux et la manière de s'en extraire. Il nous parle aussi du mascaret (2).



Nous arrivons enfin au pied du rocher et les deux groupes se répartissent en sa base pour y déjeuner. Notre groupe dispose d'un temps libre pour une visite rapide du Mont, mais à 14h, il est déjà temps de suivre Gilles pour reprendre la navette qui nous emmène jusqu'au parking des cars.

SUR NOS PAS

A l'arrivée au Bec d'Andaine, notre groupe s'offre un moment de détente au bar, en terrasse, en attendant le 2^{ème} groupe. Vers 18 heures, nous sommes de retour au Sénéquet à Blainville, sous un crachin qui ne durera pas.

Après le dîner, une dizaine de courageux se risquent à danser, les autres, recrues de fatigue et par l'air iodé du Cotentin, ne demandant pas leur reste pour aller se coucher.

«Normandie d'1 jour, Normandie Toujours » !

1. Horsains : nom français régional de la Manche, apparu au 13^{ème} siècle, désignant une personne qui vient d'ailleurs (étranger à la Manche).

2. Mascaret : vague qui remonte les cours de la Sée, de la Sélune et du Couesnon lors des grandes marées. Elle se produit entre 2 forces opposées : la marée et la poussée de l'eau de la rivière. L'onde créée dans l'estuaire s'appelle le mascaret.

Mercredi 27 septembre

Claudine Marques Da Silva

Retour vers le bec d'Andaine

Après un rapide pique-nique au pied du Mont-Saint-Michel, où les 2 groupes se sont retrouvés, le groupe « retour » est déjà au point de Rdv donné par Thierry, notre guide, personnage passionné et passionnant.

Le Mont-Saint-Michel dans notre dos, nous reprenons la traversée dans le Couesnon, fleuve côtier, au courant tonique et dynamisant, direction l'îlot Tombelaine, l'autre sommet granitique de la baie, eau jusqu'à mi-cuisse.



Notre guide prend le temps de nous donner beaucoup d'explications sur l'îlot, tant sur ses légendes que son histoire. Autrefois fortifié, l'îlot est devenu aujourd'hui le refuge tranquille pour les oiseaux marins et migrateurs. Accessible à pied à marée basse, il est cependant interdit du 15 mars au 31 juillet. Explications également sur les marées, son marnage, le plus grand d'Europe, qui peut atteindre 15 mètres soit l'équivalent d'un immeuble de 5 étages lors d'un coefficient de 112. Aujourd'hui, avec un coefficient de 75 la hauteur sera de 8 mètres avec un recul de 23 km.

«La mer remonte à la vitesse d'un cheval au galop» selon Victor Hugo.

Explications également sur les phénomènes géographiques, géologiques. Nous apprécions les dessins sur le sable nous donnant beaucoup d'informations qui occasionnent des fous rires à chaque arrêt avec ses anecdotes, et échanges avec les randonneurs.

Très professionnel, il contrôle avec son bâton le terrain, avant de nous faire passer, nous explique les dangers de la baie et les règles de sécurité à respecter.



SUR NOS PAS



Nous continuons notre progression vers la plage, comme à l'aller, passage dans les vasières, bras-dessus, bras-dessous, où nos pieds glissent, la vase collante entre les orteils, expérience insolite.



Au bout de 14 km parcourus (aller/retour) et arrivés sur la plage des Genêts, nous échangeons avec Thierry qui nous dit avoir passé de très bons moments avec nous, et, tous ensemble, nous applaudissons. Nous quittons cette vaste étendue de sable et regagnons le pédiluve, contents de nous frotter les jambes et les pieds avant de reprendre le car.

Arrivés au V.T.F, nous rejoignons nos gîtes et prenons un peu de temps pour nous reposer avant de ressortir pour le dîner où l'ambiance est toujours conviviale. Cette journée de traversée de la baie du Mont-Saint-Michel, site National d'exception classé au patrimoine mondial de l'Unesco, restera inoubliable. Comme dit notre guide, Thierry : « **It's amazing** ».

Jeudi 28 septembre

Nathalie Pinigry

Le circuit de l'huître

Après une nuit récupératrice de notre traversée de la baie du mont Saint-Michel, départ ce matin, de notre centre d'hébergement, sous un ciel couvert, pour "le circuit de l'huître". Incontournable rando dans la région de la Manche où la conchyliculture est un secteur économique important du département.

Même si la Normandie est la plus jeune région conchylicole de France, elle est devenue en trente ans le premier bassin de production nationale avec 21,3 % de la production nationale d'huîtres (ostréiculture) et 30,5 % de la production nationale de moules de bouchot (mytiliculture).

Deux groupes au départ pour deux randos de 25kms ou 13kms.

En 1^{ère} partie de notre circuit, nous partons dans les terres et la campagne normande avant de rejoindre la côte et les bords de mer.

Arrêt à Gonneville à « la chapelle des marins » avec ses ex-voto, au cœur d'un domaine seigneurial, maintenant privé, datant du 15^{ème}, fréquentée à l'époque par les morutiers qui se mettaient sous la protection de Notre-Dame avant d'embarquer pour Terre-Neuve.



SUR NOS PAS



Nous passons ensuite rue de Bas à Blainville, ancienne rue de marchands d'estampes et de libraires dont P Blaizot, le fournisseur de Marie- Antoinette, avec de très jolies maisons 19^{ème} .



Nous nous arrêtons devant l'Église St Pierre de Blainville du 12^{ème}, de style Roman en granite de Chausey, avec une particularité, son amer noir et blanc, repère de navigation pour les marins. Nous longeons l'Hippodrome de Agon-Coutainville puis traversons la ville vers la plage. Arrêt pour le pique-nique à la plage de Blainville Sud, face aux parcs à huîtres, au soleil, un "Havre" de nature et d'iode.

Pour la rando courte, retour vers le centre VTF par le sentier littoral sur le GR 223.

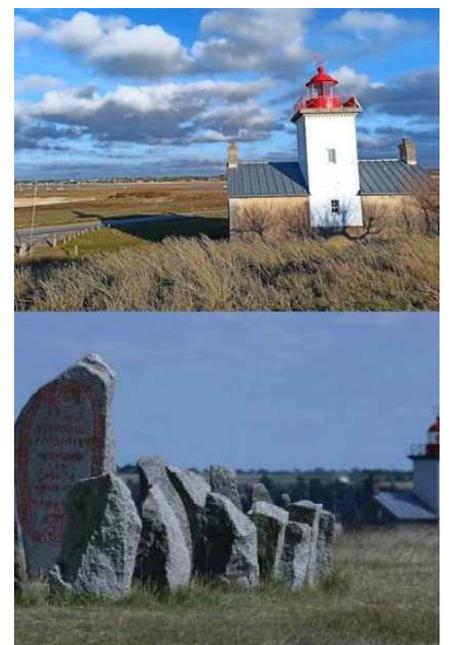
Le groupe de la rando longue se dirige à partir de Blainville vers la pointe d'Agon-Coutainville, espace naturel et préservé.

Ils longent les prés salés et le Havre de Regnéville-sur-Mer, magnifique Havre classé, estuaire de la Manche, formé par l'embouchure de la Sienne et de la Soules.



Il s'étend sur plus de 1800 hectares ce qui en fait le plus grand des 8 havres de la côte ouest de la Manche. Il est également le plus profond avec 5 kilomètres de profondeur.

A la pointe d'Agon-Coutainville, nous découvrons son phare emblématique datant de 1856, les bateaux, le ponton, le monument de Fernand Lechanteur, historien et défenseur de la langue Normande, en forme de navire Viking.



SUR NOS PAS



Nous finissons tous cette journée par la visite d'un atelier conchylicole et une dégustation bien appréciée.

Une huître naturelle a besoin de 3 ans et demi en mer avant d'atteindre une taille où elle pourra être dégustée. Trois ans et demi à être battue par les tempêtes, balayée par les deux marées quotidiennes et travaillée en toutes saisons et par tout temps. Elle sera manipulée 52 fois avant sa commercialisation.

Secouer, dédoubler, détroquer, calibrer, trier sont les tâches que les ostréiculteurs accomplissent chaque jour et qui transformeront un simple don de la nature en un coquillage unique.

La calibreuse traite 1 tonne d'huîtres à l'heure, les calibres vont de 0 (le plus gros) à 4 (le plus petit).

L'entreprise familiale THALASSA exploite 20 hectares et commercialise 800 tonnes d'huîtres à l'année, ils produisent également d'autres coquillages et crustacés.

Leur production est vendue essentiellement dans des bars Parisiens, dans des poissonneries et dans le sud de la France.



Vendredi 29 septembre

Francine Marquette

Voici notre dernier jour, nous quittons Blainville; destination Granville où nous arrivons vers 10 heures.

Granville, ville fortifiée, surnommée la Monaco du Nord car elle est située également sur un promontoire rocheux.

Nous rejoignons rapidement le bord de mer.



Après être passés par le cimetière, nous découvrons ensuite la Villa Christian Dior, où ce dernier a vécu, appelée « villa les Rhumbs » (nom du terme de marine désignant les 32 divisions de la rose des vents) devenue aujourd'hui un musée.

SUR NOS PAS

Elle est entourée d'un sublime jardin fleuri, avec une vue remarquable sur la plage du Plat Gousset, la Haute Ville et au loin les îles Chausey.

Nous empruntons l'escalier Catherine Dior (résistante et sœur de Christian Dior) qui nous mène à la Promenade du Gousset, passons devant la thalasso, le casino et le théâtre marin. Maintenant nous franchissons les 150 marches environ pour parcourir les remparts, où d'un côté nous apercevons Granville et ses ports et côté mer, au loin, voiliers et notamment la Granvillaise.



Au fil de la randonnée nous découvrons :

- L'église catholique Notre-Dame du Cap Lihou érigée en granit de Chausey.
- Les anciennes casernes du Roc comportant 4 bâtiments.
- Les bunkers de la Pointe du Roc au nombre de 25 construits par les Allemands. A ce jour, il n'en reste environ qu'une douzaine dont le bunker central transformé en musée.
- Le phare du Cap Lihou constitué de granit de Chausey, haut de 16 mètres.

Nous continuons notre GR avec vue magnifique sur la mer et les rochers. Cette randonnée se termine au port, avec ses bateaux et notamment le Marité, d'où nous avons une belle vue sur les maisons de la Haute Ville.



SUR NOS PAS



Maintenant, nous avons quartier libre, pour certains ce sera pique-nique, pour d'autres restaurant.

Rendez -vous nous est donné à 14 h 45 devant la Criée pour un retour sur Vaires où nous arriverons aux alentours de 21 h 15.

Nous remercions tous les animateurs qui ont œuvré à ce très bon séjour ensoleillé.
Merci pour une gentille attention, un mug souvenir, sans oublier tous les participants.

