



PROGRAMME des RANDONNÉES PÉDESTRES de Janvier et Février 2024

Rando bleue, 3 km/h maxi, 8 à 10 km soit environ 3 heures de randonnée

Rando verte, moyenne 4 km/h, 12 à 15 km soit environ 3 h à 3 h 30 maximum de randonnée selon le dénivelé

Promenade santé sur inscription, adaptation au niveau des participants

Rando rouge, moyenne 4km/h sur inscription, niveau élevé.

RV sur le site internet : www.lesrandonneursdusainois.fr pour suivi d'informations

JANVIER 2024

DATE	LIEU et PARCOURS	RENDEZ-VOUS	CONTACT	
Mercredi 03/01	CONGES SCOLAIRES			
Vendredi 05/01	CONGES SCOLAIRES			
Lundi 08/01	VANDELEVILLE :Sentier de la Tarpe,promenade dans les bois	DEPART : 13h30 au château de Vandéleville (nous prenons les voitures pour monter au sentier de la Tarpe)	Laurence THOMAS	06 26 69 05 85
Mardi 09/01				
Mercredi 10/01	NANCY 12km et 163m dénivelé. Boucle sur la Meurthe passant par l'île du Foulon, les Grands Moulins,la base nautique, Nordon, nombreux oiseaux aquatiques : hérons, foulques, cormorans, mouettes, cygnes, canards, oies... Fiche éditée par le Grand Nancy GPX Carte	Covoiturage : serres Duval à 13h DEPART: 13h30 parking Point P 113 Bd d' Austrasie s' inscrire au plus tard la veille au 03 83 47 55 63 (si absent, laisser un message)	Michel THIERRY Fabiola PERRINET	06 31 69 21 21

Vendredi 12/01	LEMAINVILLE	DEPART : 9h30 à l' aire de jeux	Chantal PERRIN	06 63 10 93 52
Lundi 15/01	VINCEY :9 km	DEPART : 13h30 salle polyvalente 10 rue du 8 mai	Sylvie MORET	06 50 40 99 38
Mardi 16/01				
Mercredi 17/01	AFFRACOURT XIROCOURT : 10 km	DEPART : 13h30 entrée du village en venant d' Haroué	Denise LAIPE	06 58 04 18 79
Vendredi 19/01	MARAINVILLE sur MADON	DEPART : 9h30 devant le château d' eau	DESWARTE Marie Paule	06 62 75 52 31
Lundi 22/01	Autour de VEZELISE 6,5 km , 150 m de dénivelé, suivi du partage de la galette salle de l' Auditoire à partir de 17h (marche facultative)	DEPART: 14h sous les Halles à Vézélise	Michel THIERRY Fabiola PERRINET	06 31 69 21 21
Mardi 23/01	13 km. Circuit des Genêtres rallongé sur la matinée. (pas de pique- nique) Inscription obligatoire	DEPART : 8H Laneuveville devant Bayon, église	Valérie THOMASSIN	06 75 57 67 99
Mercredi 24/01	HOUEMONT VANDOEUVRE 10 km, dénivelé 143 m Départ ancien groupe scolaire à Houdement, montée jusqu' au CHU, hippodrome, camping, parc de la sapinière et descente du retour Carte GPX	Covoiturage : serres Duval à 13h DEPART: 13h30 parking rue du vieux moulin Houdement s' inscrire au plus tard la veille au 03 83 47 55 63 (si absent, laisser un message)	Michel THIERRY Fabiola PERRINET	06 31 69 21 21
Vendredi 26/01	Gare de VEZELISE	DEPART : 9h30	Denise LAIPE	06 58 04 18 79
Lundi 29/01	XIROCOURT 8 km	DEPART : 9h30 parking du restaurant Réservation restaurant obligatoire auprès de Laurence THOMAS : 06 26 69 05 85 avant le 22 janvier	Michelle DUBELLOY	06 51 76 55 11
Mardi 30/01				
Mercredi 31/01	PULLIGNY: 11 km	DEPART : 13h30 devant la pharmacie	Chantal PERRIN	06 63 10 93 52

F é v r i e r 2 0 2 4

Vendredi 02/02	FORCELLES	DEPART : cimetière à 9h30	Denise LAIPE	06 58 04 18 79
Lundi 05/02	CHAMAGNE	DEPART : 13h30 place de l' Eglise	Sylvie MORET	06 50 40 99 38
Mardi 06/02	circuit du pays d'Haroué 16 km Pique nique en chemin. Inscription obligatoire	DEPART : 8h30 Haroué, �glise	Valérie THOMASSIN	06 75 57 67 99
Mercredi 07/02	XIROCOURT BRALLEVILLE : 11 km dénivelé 137m	DEPART : 13h30 à l'ancien restaurant	Denise LAIPE	06 58 04 18 79
Vendredi 09/02	BATTIGNY	DEPART : 9h30 devant la mairie	Sylvie MORET	06 50 40 99 38
Lundi 12/02	LEMAINVILLE VOINEMONT : 9km dénivelé 100 m	DEPART : 13h30 parking de l' aire de jeux de Lamainville	Chantal PERRIN	06 63 10 93 52
Mardi 13/02				
Mercredi 14/02	LANEUVILLE 10km, dénivelé 150 m vallon de Fléville et canal de jonction. Rando n� 10 de « la métropole à pied » avec rallonge de 3km Fiche éditée par le Grand Nancy GPX _Carte	Covoiturage : serres Duval à 13h DEPART : 13h30 Cimetiere rue Lucien Galtier Laneuville à 13h30 s' inscrire au plus tard la veille au 03 83 47 55 63 (si absent, laisser un message)	Michel THIERRY Fabiosa PERRINET	06 31 69 21 21
Vendredi 16/02	MARAINVILLE sur MADON	DEPART : 9h30 devant le château d' eau	DESWARTE Marie Paule	06 62 75 52 31
Lundi 19/02	ORMES ET VILLE 9km avec visite de l' huilerie à l'issue de la marche	DEPART : 13h30 dans la cour de l' huilerie	Chantal PERRIN	06 63 10 93 52
Mardi 20/02	POUSSAY MIRECOURT : 14km.Circuit au pays des luthiers et des dentellières. Pique-nique en chemin. Inscription obligatoire	DEPART : 9h Mirecourt Parking carrefour market	Valérie THOMASSIN	06 75 57 67 99

Mercredi 21/02	LEMAINVILLE : 13 km chemin de Guy	DEPART : 13h30 aire de jeux	Chantal PERRIN	06 63 10 93 52
Vendredi 23/02	FECOCOURT	DEPART : 9h30 sur la place de la mairie, on prend les voitures pour aller jusqu'à la carrière	Laurence THO MAS	06 26 69 05 85
Lundi 26/02	AMBACOURT – Bois d'Ormont 8,85 km dénivelé 172 m	DEPART : 13h30 sur le parking du village (proche de l'église)	LEFEBVRE Elisabeth	06 52 04 34 37
Mardi 27/02	CONGES SCOLAIRES			
Mercredi 28/02	AUX 4 VENTS 9km dénivelé 400m plateau de Haye, coteaux de Laxou, sentiers historiques, parc d'agrément sur les anciennes carrières Fiche éditée par le Grand Nancy GPX Carte	Covoiturage : serres Duval à 13h DEPART : 13h30 parking parc d'agrément rue de la Saône Laxou s'inscrire au plus tard la veille au 03 83 47 55 63 (si absent, laisser un message)	Michel THIERRY Fabiola PERRINET	06 31 69 21 21