



# SENTIERS 47

L'actualité randonnée pédestre en Lot-et-Garonne

Sentiers 47 N° 81



Cocumont (47)

## EDITO

L'automne est là, synonyme de bonnes résolutions et de découvertes ! Chacun peut trouver son bonheur dans le choix de randonnées proposées par les clubs.

Notre journal Sentiers 47, sous peine de disparaître, doit devenir le journal des clubs et du comité ainsi qu'un outil de communication et d'information à double sens.

Vous êtes invités à vous y exprimer que ce soit pour annoncer un événement, présenter une activité de votre club ou faire le compte-rendu d'une sortie. N'hésitez pas à nous faire part de ce qui fait la vie de votre club.

Dans les clubs c'est l'heure de faire le bilan de l'année écoulée lors des AG et de préparer les projets de sortie pour le printemps. Il est de nouveau fait appel à des bénévoles pour assurer le renouvellement des comités directeurs.

Un bilan complet des actions 2018 du CDRP et ses projets pour 2019 vous seront présentés lors de sa prochaine **Assemblée Générale le samedi 9 février 2019 à Boé.**

Bonne lecture et bonne saison

**Marie-Claude Maneyrol – Présidente du CDRP47**

**Parution : Sentiers 47 N° 82 – Mars 2019.**

La date de réception des programmes ou articles pour la mise en page est fixée au 25 janvier 2019, dernier délai. Sortie 25 février.



## Sortie Pyrénées pour Rando Val de Garonne

Du 11 au 14 Juin 2018, le club a organisé une sortie dans la vallée d'Aure, à Saint Lary Soulan : elle a réuni 21 randonneurs. Les trajets étaient organisés en co-voiturage, l'hébergement assuré au gîte «la Filature » à Ancizan. La restauration au Logis d'Arbizon a déchargé les participants de tout souci de préparation des repas, en dehors des pique-niques.

On peut dire que ce séjour a été bien arrosé, la pluie ayant tenu compagnie aux randonneurs tout au long du séjour, ne cessant que pour céder la place au brouillard le dernier jour.

Si le programme initial a été bousculé compte-tenu des conditions météorologiques, la bonne humeur et l'entrain des randonneurs

n'ont pas été entamés. Chaque jour a eu lieu une randonnée.

J1 : randonnée des 4 villages au départ de Bourisp

J2 : lac de l'Oule

J3 : vallée de la Pineta, en Espagne

J4 : la Hourquette d'Ancizan

La beauté des paysages a vite effacé les désagréments de la pluie et rendez-vous est pris pour la découverte d'une autre vallée pyrénéenne.



## RANDO DE L'AVANCE dans les Côtes d'Armor !

Du 18 au 24 juin, une vingtaine d'adhérents sont partis à la découverte des Côtes d'Armor, à Erquy plus précisément puis à Perros-Guirec.

Les Côtes d'Armor sont le terrain de jeu idéal pour les randonnées, les paysages sublimes, sentiers bien entretenus et balisés... falaises escarpées, ingrédients essentiels pour une balade réussie ...

Tous les jours nous partions pour une rando d'environ 17 km pour les uns et une variante plus courte pour les autres.

Le soleil nous a accompagnés

tout au long de la semaine, ce qui nous a permis d'apprécier

encore plus les beautés de la Bretagne : une mer turquoise, une grande variété de fleurs telles que la bruyère, le genêt, les digitales, les maisons en granit superbement entretenues et ornées d'agapanthes bleues et hortensias pour la plupart.

Nous avons pu nous régaler des spécialités locales :

galettes, crêpes et fruits de mer, cidre et bière bretonne, kouing-aman.

La convivialité et la bonne humeur du groupe a largement contribué à la réussite de ce séjour et nous ne pourrions retenir que de merveilleux souvenirs.



## Rando Val de Garonne à la découverte de l'Irlande

Du 12 au 19 Septembre 2018, un groupe de 18 randonneurs s'est envolé de Bordeaux pour Dublin.

A l'aéroport ils ont fait la connaissance de leur chauffeur de car, Heike, qui les a véhiculés tout au long du séjour : pour la tranquillité de tous, pas question d'expérimenter la conduite à gauche.



La traversée du pays, d'est en ouest, vers Galway avec une halte à Athlone a donné un premier aperçu de ce pays verdoyant. Le groupe a ensuite gagné Leenane, petit village tranquille au bord du fjord de Killary Harbour où il s'est établi pour trois nuits.

- La première randonnée l'a conduit sur le « Famine trail », le long du fjord, offrant des paysages de toute beauté, peuplés essentiellement de moutons.

- Le lendemain, au départ de l'accueil du parc du Connemara, l'ascension de Diamond Hill, le matin a permis de découvrir une vue

à 360° sur le Connemara, récompensant largement les efforts accomplis. -- Après un passage à l'abbaye de Kylemore, le groupe a rejoint à pied Leenane, avec une vision différente du fjord.

- Le quatrième jour, quittant le Connemara, le groupe a embarqué à Roosavel pour une courte traversée en ferry pour Inishmore.

Au débarcadère, Penny attendait ses hôtes de pied ferme pour les conduire à sa très coquette guest-house où ils



allaient passer deux nuits.

- Les deux journées sur Inishmore ont été, on peut le dire, presque magiques, tant cette île a une âme. Ses murets qui courent partout délimitant des centaines d'enclos, le fort de Dun Aengus surplombant des falaises d'une centaine de mètres de haut, les petits cimetières celtiques, la rudesse de certains paysages très minéraux, tout concourt à une ambiance un peu mystérieuse. Et en plus, les phoques étaient au rendez-vous à marée haute.

- Le sixième jour le retour sur la grande île, le « continent », a permis la découverte de Galway, capitale culturelle et économique de l'Ouest, s'étendant le long de la Corrib.

- Après une nuit à Salthill, la station balnéaire toute proche, c'est le départ pour Dublin.

- La fin de matinée et l'après-midi ont été consacrés à la visite de cette capitale très vivante dont l'atmosphère festive imprègne vite les visiteurs. Après une nuit passée à l'hôtel, sis idéalement à Temple Bar, il a fallu regagner l'aéroport pour le voyage de retour.

- La restauration était de qualité avec des soupes de légumes, des poissons frais, du pain irlandais et des petits déjeuners fort copieux.

- L'ambiance des pubs mérite vraiment d'être partagée et c'est d'ailleurs là que tout le groupe s'est retrouvé pour dîner le dernier soir.

- Désormais, la chanson de Michel Sardou éveillera pour tous de merveilleux souvenirs et tout ce qu'il reste à découvrir en Irlande incite à de nouveaux séjours.



## Week-end au Pays Basque du club RANDO DE L'AVANCE

Samedi 22 septembre à 6 heures place Gambetta 29 randonneurs du club Rando de L'Avance, sont montés dans le bus qui les conduisait vers Saint-Pée-Sur-Nivelle, où les attendaient Marie-Pierre et Philippe, leurs amis.

Après des retrouvailles chaleureuses, ils nous ont pilotés sur des randonnées de 7, 9 ou 12 km. De la montagne bien sûr et ça monte !!! mais aussi, de beaux paysages, des pottoks, un endroit ombragé pour le pique-nique ... un régal !!!

Après l'installation pour la nuit, à l'auberge de jeunesse de Biarritz (reçus par la directrice, une Lot-et-Garonnaise !) et un bon repas, chacun retrouve son lit, afin de récupérer et de repartir de « plus belle » le lendemain.

Dimanche 23 septembre, après un petit déjeuner, c'est le sentier côtier au départ de Bidart que nous empruntons pour retrouver le bus à Saint-Jean-de-Luz et repartir à Casteljalous où nous partageons le repas du soir au lac de Clarens.

Un week-end très apprécié par les randonneurs.





## La Marguerite en Guyenne

Dimanche 7 octobre 2018 à Miramont de Guyenne

La pluie a hélas perturbé la manifestation d'automne du Comité.

210 participants. 50 inscrits ne sont pas venus. Merci aux licenciés des clubs qui ont joué le jeu en venant marcher malgré tout.



Merci aussi aux bénévoles qui ont assuré la sécurité sur route, qui ont balisé et débalisé les circuits, qui ont assuré la tenue des ravitaillements dans de mauvaises conditions météorologiques

Merci aussi au Comité départemental du Tourisme et Actour 47 qui ont assuré l'animation sur le site du lac du Saut du Loup avec un stand « saveur du Lot et Garonne » et un stand communication « randonnée pédestres et cyclistes »



## Les Inter Régions Grand-Sud-Ouest

Les comités régionaux de Nouvelle-Aquitaine et d'Occitanie organisent les Inter-Régions Grand-Sud-Ouest à La Rochelle les 16,17,18 novembre 2018.

Ce rendez-vous annuel incontournable pour nos comités sera une nouvelle fois l'occasion de s'informer sur l'actualité fédérale et d'échanger autour de sujets qui nous rassemblent et nous concernent tous.

## Expérimentation plan solidaire de développement à l'attention des clubs

**Vous avez un projet de développement ?**

- Envie de dynamiser votre territoire ?
- Envie de développer de nouvelles pratiques ?

**Faites le pas ! La FFRandonnée soutient les comités départementaux \* et les clubs\* pour dynamiser le développement de la FFRandonnée !**

La fédération à travers son plan fédéral 2020 souhaite accompagner le développement de ses clubs et comités départementaux. Pour y parvenir, la FFRandonnée met en place sous forme d'expérimentation le **Plan Solidaire de Développement**.

Le **Plan Solidaire de Développement** a pour objectif de financer des projets de comités\* visant à créer ou à affilier de nouvelles structures associatives et des projets de clubs\* souhaitant diversifier leur offre de pratique en marche nordique ou rando santé.

**Informations / Contact :**

Pour savoir si vous êtes éligibles et obtenir plus d'informations, contactez-nous par mail sur l'adresse :

[PSD@ffrandonnee.fr](mailto:PSD@ffrandonnee.fr)



Comité Départemental de la Randonnée Pédestre de Lot-et-Garonne : 271, rue de Péchabout - BP 30158 - 47005 AGEN Cedex  
Tél : 05.53.48.03.41 - [www.randolotetgaronne.net](http://www.randolotetgaronne.net) - Courriel : [lot-et-garonne@ffrandonnee.fr](mailto:lot-et-garonne@ffrandonnee.fr)