



A R P H P
 Association de Randonnée Pédestre de Haute-Picardie
 17 rue du Moulin 02100 Morcourt - tél. 07 81 25 28 36
 E-mail : rando.arphp@gmail.com Site : <http://www.arphp.info/>

ACTIVITES AOUT 2024



RAPPEL DES REGLES DE SECURITE

- Ø Emprunter les trottoirs et les accotements praticables quand ils existent.
- Ø S'il n'y en a pas, emprunter le bord droit ou le bord gauche de la chaussée selon la configuration de la route et des circonstances.
- Ø Les piétons sont tenus d'utiliser, lorsqu'il en existe à moins de 50 mètres, les passages prévus à leur intention.

Le rappel de l'ensemble des règles de sécurité [est disponible sur le site](#).

MARCHE NORDIQUE Allure soutenue

Jeudi 1 - MESINIL ST LAURENT

9 h 00

Rassemblement salle des fêtes - parcours de 11 km

Animateur

Myriam FERCOT : 06 12 29 92 75

MARCHE NORDIQUE Allure moyenne

Samedi 3 - MORCOURT

9 h 00

Rassemblement au stade - parcours de 9,7 km

Animateur

Pierre HAVARD : 06 74 20 86 27

TOUS EN RANDO

Samedi 3 - CESSIERES

Comme chaque année, le Comité Départemental de Randonnée propose une journée dédiée à la pratique et à la découverte de nos activités de randonnée et marche nordique.

8 h 15

Rassemblement place de la liberté

8 h 30

Départ pour Cessières - Distance 40 km - covoiturage 4€

9 h 00

Début de l'accueil café

10 h 00

Départ des activités du matin :
 - Rando santé de 5 à 6 km ;
 - Rando modérée de 8 km ;
 - Atelier découverte marche nordique ;
 - Atelier perfectionnement marche nordique.

Midi

Apéro offert par le comité. Souscription volontaire (enveloppes à 2 €) : De nombreux lots à gagner. Pique-nique tiré des coffres et apporté par vos soins.

13 h 30

Départ des activités de l'après midi :
 - Randonnée de 10 km ;
 - Sortie marche nordique pour les initiés et les débutants (2 groupes).

Renseignements : Pierre GOUBET : 06 60 14 49 58 - pgoubet02@gmail.com

Inscriptions : afin de nous permettre de gérer au mieux cette journée, veuillez vous inscrire avant le 1er août :

[Formulaire d'inscription à TOUS en RANDO](#)

PETITE RANDONNEE MATIN

Dimanche 4 - ATHIES (80)

8 h 30

Rassemblement place de la liberté

8 h 45

Départ pour Athies - distance 24 km - covoiturage 2 € - Stationnement place de l'église

9 h 15

Départ pour une boucle de 10 km

Renseignements

Marc DELONGCHAMPS : 07 80 04 68 97

RANDO DOUCE Matin

Mardi 6 - ITANCOURT

8 h 45	Rassemblement place de la liberté
9 h 00	Départ pour Itancourt - distance 6 km - covoiturage 0,5 euro - stationnement sur le parking près de la salle des fêtes
9 h 30	Départ pour une boucle de 6km avec la possibilité de l'allonger à 7 km
<u>Animateur</u>	Michèle GIVRON : 06 37 94 51 68 - mimi.givron@gmail.com
RANDO SOUTENUE	
Mardi 6 - FONSSOMME	
9 h 00	Rassemblement sources de la Somme - parcours de 10 km
<u>Animateur</u>	Patrick SCHREINER : 06 45 19 57 63
MARCHE NORDIQUE	
Allure soutenue	
Jeudi 8 - ROUVROY	
9 h 00	Rassemblement parking de l'église - parcours de 10 km
<u>Animateur</u>	Myriam FERCOT : 06 12 29 92 75
MARCHE NORDIQUE	
Allure moyenne	
Samedi 10- BERNOT	
9 h 00	Rassemblement au niveau de l'église - parcours de 10 km
<u>Animateur</u>	Pierre HAVARD : 06 74 20 86 27
RANDO	
Dimanche 11 - TAVAux et PONTSERICOURT	
8 h 45	Rassemblement place de la liberté
9 h 00	Départ en covoiturage pour Tavaux et Pontsericourt - distance 52 km - covoiturage 5 € - stationnement au mémorial de la Résistance (ancienne église de Pontséricourt)
10 h 00	Départ pour une première boucle de 7,5 km
Midi	Pique-nique sur espace herbeux à 100 m des voitures (prendre tables et chaises)
13 h 30	Départ pour une seconde boucle de 7 km
15 h 30	Visite du mémorial de la Résistance (film de 55 min et exposition). Tavaux est l'un des 13 villages français ayant reçu la médaille de la résistance. Le prix de l'entrée est de 4 € (2€ adhérent et 2€ pris en charge par l'ARPHP).
Renseignements et inscription : Pierre GOUBET : 06 60 14 49 58 - pgoubet02@gmail.com	
RANDO DOUCE	
Mardi 13- ATTILLY	
13 h 45	Rassemblement place de la liberté
14 h 00	Départ pour Attilly - distance 11 km - covoiturage 1€ - stationnement salle des fêtes
14 h 15	Départ pour une boucle de 6 km
<u>Animateur</u>	Marc DELONGCHAMPS : 07 80 04 68 97
RANDO SOUTENUE	
Mardi 13 - RIBEMONT	
9 h 00	Rassemblement moulin de Lucy - parcours de 10,5 km
<u>Animateur</u>	Myriam FERCOT : 06 12 29 92 75
MARCHE NORDIQUE	
Allure moyenne	
Samedi 17 - ROUVROY	
9 h 00	Rassemblement parking de l'église - parcours de 10 km
<u>Animateur</u>	Christine DOLIDON : 06 15 41 87 19
RANDO	
Dimanche 18 - ABBAYE DE VAUCLAIR	
8 h 00	Rassemblement place de la liberté
8 h 15	Départ pour l'abbaye de Vauclair - distance 74 km - covoiturage 7€ - coordonnées GPS : 49.451503 et 3.742938 - rendez-vous parking de l'abbaye de Vauclair
9 h 30	Départ pour une première boucle de 11 km
Midi	Pique-nique tiré du coffre

Après-midi	Départ pour une seconde boucle de 6 km
Renseignements et inscription : Marie-Claude JESPIERRE 0670969165	
RANDO DOUCE Matin	Mardi 20 - CAULAINCOURT
8 h 45	Rassemblement place de la liberté
9 h 00	Départ pour Caulaincourt - distance 15 km - covoiturage 1,5€ - stationnement place de l'église
9 h 20	Départ pour une boucle de 7 km
<u>Animateur</u>	Marc DELONGCHAMPS : 07 80 04 68 97
RANDO SOUTENUE	Mardi 20 - ESSIGNY LE GRAND
9 h 00	Rassemblement salle des fêtes - parcours de 11 km
<u>Animateur</u>	Patrick SCHREINER : 06 45 19 57 63
MARCHE NORDIQUE Allure soutenue	Jeudi 22 - ROUVROY
9 h 00	Rassemblement parking de l'église - parcours de 10 km
<u>Animateur</u>	Myriam FERCOT : 06 12 29 92 75
MARCHE NORDIQUE Allure moyenne	Samedi 24 - ITANCOURT
9 h 00	Rassemblement salle des fêtes - parcours de 10 km
<u>Animateur</u>	Christine DOLIDON : 06 15 41 87 19
PETITE RANDONNEE MATIN	Dimanche 25 - VENDHUILE / BONY
8 h 30	Rassemblement place de la liberté
8 h 45	Départ pour Vendhuile - distance 23 km - covoiturage 2 € - stationnement place de la mairie
9 h 15	Départ pour une boucle de 9 km
Renseignements	Marc DELONGCHAMPS : 07 80 04 68 97
RANDO SOUTENUE	Mardi 27 - MEZIERES / OISE
9 h 00	Rassemblement parking le Robinson - parcours de 10 km
<u>Animateur</u>	Myriam FERCOT : 06 12 29 92 75
MARCHE NORDIQUE Allure soutenue	Jeudi 29 - MEZIERES / OISE
9 h 00	Rassemblement parking le Robinson - parcours de 10 km
<u>Animateur</u>	Myriam FERCOT : 06 12 29 92 75
MARCHE NORDIQUE Allure modérée	Samedi 31 - MEZIERES / OISE
9 h 00	Rassemblement restaurant le Robinson - parcours de 8 km
<u>Animateur</u>	Fabienne JOLY : 06 76 84 29 36