

ASSOCIATION RANDONNÉE PÉDESTRE ET PATRIMOINE EN HAUTE-LOIRE
ADRESSE POSTALE : 12 BOULEVARD SAINT-PIERRE
43200 YSSINGEAUX - Tél. : 06 08 50 84 80
Courriel : chrisbertholet@aol.com *Site* : www.randopatrimoine-haute-loire.fr

LES PETITS PAS DANS LES GRANDS EN 2012!

LE CALENDRIER TRIMESTRIEL D'UN COUP D'ŒIL...

(pratiquez le co-voiturage...)

L'été indien s'est montré fort généreux au cours de l'automne qui vient de s'achever ! C'est toujours cela de pris, comme l'on dit... Du coup, nous n'avons pas ralenti nos activités... Il n'y a aucune raison de se planquer sous la couette dès les premiers flocons venus... Si le manteau neigeux recouvre les sentiers, qu'à cela ne tienne, nous ferons suivre les raquettes... En serez-vous ? Joyeuses fêtes de fin d'année en attendant !

Dimanche 8 janvier : *randominales au départ de Vergezac et de Saint-Rémy* (12 km le matin et 12 km 500 l'après-midi) soit, au total de la journée, environ 24 km 500. Repas au restaurant (**ATTENTION ! ATTENTION ! inscriptions préalables jusqu'au mercredi 4 janvier entre 9 h et 15 h**).

Dimanche 29 janvier : *randominales au départ de Messinhac de Bessamorel et de Saint-Julien-du-Pinet* (12 km 500 le matin et 13 km l'après-midi), soit, au total de la journée, environ 25 km 500. Repas au restaurant (inscriptions préalables).

Samedi 18 février : repas dansant de la section des marcheurs d'Espaly à Saint-Geneyès-près-Saint-Paulien (« Chez Martine ») pour fêter les 20 ans de cette section de Rando Patrimoine.

Dimanche 26 février : *randominales au départ de Félines et de Sembadel-Gare* (12 km le matin et 13 km l'après-midi), soit, au total de la journée, environ 25 km. Repas au restaurant (inscriptions préalables).

Dimanche 25 mars : assemblée générale de l'association au Pertuis. Le matin : visite guidée de la Lauzière du Pertuis (selon météo), assemblée, repas traiteur et apéritif en commun. L'après-midi : boucle pédestre de 13 km ou parcours via ferrata (selon météo). Des précisions seront données individuellement début mars.

Une pensée pour Serge JOSEPH que nous avons accompagné une dernière fois le 21 novembre à Coubon.

QUELQUES DATES A RETENIR : Randominales les dimanches 22 avril, 13 mai (date avancée en raison du WE de l'Ascension), 17 juin. Semaine rando dans le Var, section d'Espaly, du 28 avril au 5 mai, WE de randonnée lors de l'Ascension les 18, 19 et 20 mai (en cours d'étude), WE en montagne les 8 et 9 septembre.

IMPORTANT : *Les randonnées guidées par Christian BERTHOLET le sont avec cartes IGN et boussole, en majeure partie hors balisage (pas de reconnaissances préalables). Adhésion obligatoire dès la seconde participation. Fonctionnement associatif : informations au trésorier Edmond PONTIER au 06 11 55 18 63 ou au président Christian BERTHOLET au 06 08 50 84 80 ou encore lors des sorties organisées.*

REPAS : *un inscrit à un repas qui a un problème d'accès le matin (neige, pluie, panne de voiture ou... d'oreiller) peut très bien venir manger à midi et randonner l'après-midi. N'oubliez pas que le restaurateur a déjà commandé sa marchandise et qu'il a déjà préparé pour bien vous recevoir. Merci par avance de votre bonne compréhension... Pour vous inscrire, n'attendez pas le dernier moment...*

➤ RANDOMINCALES DU DIMANCHE 8 JANVIER 2012 (Vergezac et Saint-Rémy)

Deux randonnées pédestres seront guidées par Christian BERTHOLET au départ de VERGEZAC le matin (12 km) et de SAINT-RÉMY l'après-midi (13,5 km). Michelin n° 331 local, pli e3, au 1/150 000. IGN n° 2735 E et O.

Altitude minimale : 1018 m (Concouret), **altitude maximale** : 1202 m (près du Suc) le matin. **Altitude minimale** : 840 m (Le Mas), **altitude maximale** : 1012 m (Farigoules) l'après-midi.

Matin : VERGEZAC (**départ impératif à 9 h 15 depuis l'église ; les retardataires ne seront pas attendus**), Coucouret, les Sagnes, la Visseyre, les Platous, le Suc, près Choumary, VERGEZAC (**arrivée vers 12 h 15**). Reprise des voitures pour gagner Saint-Rémy et l'auberge « Le Petit Cabanon » (3 km par D 48).

Après-midi : SAINT-RÉMY (départ 14 h 15 depuis l'auberge « Le Petit Cabanon »), Mezeyrac, D 48, Sanssac-l'Église, le Mas, la Veyrone, Jalasset, Farigoules, près Archaud, **ST-RÉMY (arrivée vers 17 h 45-18 h)**.

Repas de midi: le repas chaud (vers 12 h 30) sera consommé au restaurant « Le Petit Cabanon ». **ATTENTION ! Pour réserver son repas, il convient de téléphoner à la restauratrice au 04 71 08 62 17 jusqu'au MERCREDI 4 JANVIER ENTRE 9 H ET 15 H, dernière limite (CETTE DATE ET CES HORAIRES SONT VRAIMENT IMPÉRATIFS, MERCI DE LES RESPECTER ; ANTICIPEZ VOTRE INSCRIPTION !)**.

Pour s'inscrire au repas : donnez votre nom, comme d'habitude, à la restauratrice et le nombre de personnes très précisément. Menu **14 euros** : salade de foies de volailles, rôti de porc, gratin dauphinois, fromage sec ou blanc, tarte aux pommes et poires, vin et café.

➤ **RANDOMINICALES DU DIMANCHE 29 JANVIER (Messinhac et Saint-Julien-du-Pinet)**

Deux randonnées pédestres seront guidées par Christian BERTHOLET au départ de MESSINHAC, commune de BESSAMOREL le matin (12 km 500) et de ST-JULIEN-DU-PINET l'après-midi (13 km). Michelin n° 331 local, pli g3, au 1/150 000. IGN n° 2835 O. **Altitude minimale** : 703 m (avant Vauneyre), **altitude maximale** : 911 m (entre Messinhac et Sarlis) le matin. **Altitude minimale** : 821 m (après Chazelle), **altitude maximale** : 952 m (Mézères) l'après-midi.

Matin : MESSINHAC (départ impératif à 9 h 15 depuis le centre du hameau ; les retardataires ne seront pas attendus), Sarlis, le Manchon, le Ramel, D 103, Vauneyre, Marnhac, D 42, Montchaud, D 7, Truisson, près la Fouillouse, **MESSINHAC (arrivée vers 12 h 15)**. Reprise des voitures pour gagner St-Julien-du-Pinet et le restaurant (6 km par D 43, D 28).

Après-midi : SAINT-JULIEN-DU-PINET (départ 14 h 15 depuis le restaurant situé au centre du bourg), les Sucards, Orsier, les Breux, Mézères, l'Herm, Coindet, Chazelle, les Rulhères, l'Arzalier, **SAINTE-JULIEN-DU-PINET (arrivée vers 17 h 45-18 h)**.

Repas de midi : le repas chaud (vers 12 h 30) sera consommé au restaurant de St-Julien-du-Pinet. **Pour réserver son repas, il convient de téléphoner aux restaurateurs au 04 71 59 02 89 jusqu'au jeudi 26 janvier en soirée (CETTE DATE EST VRAIMENT IMPÉRATIVE, MERCI DE LA RESPECTER ; ANTICIPEZ !)**.

Pour s'inscrire au repas : donnez votre nom, comme d'habitude, au restaurateur et le nombre de personnes très précisément. Menu **14 euros** : feuilleté aux trois fromages, cuisse de poulet à la crème, pommes de terre au four, fromage sec ou blanc, mœlleux au chocolat, vin et café.

➤ **RANDOMINICALES DU DIMANCHE 26 FÉVRIER (Félines et Sembadel-Gare)**

Deux randonnées pédestres seront guidées par Christian BERTHOLET au départ de Félines le matin (12 km) et Sembadel-Gare l'après-midi (13 km). Michelin n° 331 local, pli e2, au 1/150 000. IGN n° 2734 O.

Altitude minimale : 986 m (Plagnes), **altitude maximale** : 1076 m (le Jassou) le matin. **Altitude minimale** : 980 m (après les Arbres), **altitude maximale** : 1095 m (Fournet) l'après-midi.

Matin : FÉLINES (départ impératif à 9 h 15 depuis l'église ; les retardataires ne seront pas attendus), le Jassou, D 498, Peygut, D 498, Almances, Serre, Plagnes, D 906, le Nauton, le Chariot, **FÉLINES (arrivée vers 12 h 15)**. Reprise des voitures pour gagner Sembadel-Gare et le restaurant (2 km par D 127, 906, 22).

Après-midi : SEMBADEL-GARE (départ 14 h 15 depuis le restaurant « Chez Jacques »), D 906, les Arbres, le Moulin, Beyssac, Malaguet, Varennes, Fournet, la Roche, **SEMBADEL-GARE (arrivée vers 17 h 45-18 h)**.

Repas de midi : le repas chaud (vers 12 h 30) sera consommé au restaurant « Chez Jacques ». **Pour réserver son repas, il convient de téléphoner aux restaurateurs au 04 71 00 90 03 jusqu'au jeudi 23 février en soirée (CETTE DATE EST VRAIMENT IMPÉRATIVE, MERCI DE LA RESPECTER ; ANTICIPEZ !)**.

Pour s'inscrire au repas : donnez votre nom, comme d'habitude, au restaurateur et le nombre de personnes très précisément. Menu **14 euros** : mousse de foie, pièce de veau forestière, accompagnement légumes, fromage sec ou blanc, tarte aux pommes, vin et café.

➤ **ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ET RANDOMINICALE DU DIMANCHE 25 MARS (Le Pertuis)**

Journée consacrée à l'assemblée générale avec repas puis activités extérieures. Le **matin**, visite guidée de la lauzière du Pertuis. L'assemblée générale suivra dans la salle communale. A **midi**, repas traiteur avec apéritif. Au cours du repas, le président retracera les grandes lignes de ses 40 ans d'activités dans le domaine de la randonnée pédestre. L'**après-midi** : randominicale ou parcours via ferrata au choix (en fonction de la météo).

La **randonnée pédestre** de l'après-midi sera guidée par Christian BERTHOLET au départ du Pertuis (13 km). Michelin n° 331 local, pli g3, au 1/150 000. IGN n° 2835 O. **Altitude minimale** : 872 m (ancienne voie de la Galoche), **altitude maximale** : 1088 m (la Grande Vézolle). Le circuit : **LE PERTUIS (départ à 14 h 15 depuis la salle communale)**, Lachaud, près Villevieille, près Pascal, Fourcherie, ancienne voie de la Galoche, D 431, passage sous la N 88, Bessamorel, pont de Chazelet, Fougères, partie du GR 40, Monibrand, la Grande Vézolle, **LE PERTUIS (arrivée vers 17 h 45-18 h)**.

La **via ferrata du Puy des Juscles**, aménagée sur une coulée de lave, est équipée d'éléments de sécurité et d'ateliers qui permettent une progression ludique (filet himalayen, tyrolienne, poutre, passerelles, etc.). Deux parcours : « découverte » et « sportif » débutent à l'orée de la forêt. Equipement prévu pour les participants (casque, baudrier, longe double) mais il conviendra de s'inscrire préalablement auprès d'Henri OLLIER, qui prendra la conduite du groupe, au 04 71 02 35 84. Un moniteur sera présent. Des informations complémentaires seront communiquées ultérieurement par poste et par Internet .

➤ **ADHÉSION À RANDO-PATRIMOINE ET CERTIFICAT MÉDICAL**

La licence FFRandonnée 2012 + une assurance au choix + l'adhésion à l'association Randonnée Pédestre et Patrimoine sont disponibles. **Ces trois éléments sont valables du jour de votre demande jusqu'au 31 décembre 2012. NE RIEN ENVOYER DIRECTEMENT A LA FEDERATION FRANCAISE DE LA RANDONNEE PEDESTRE !** Pour participer aux activités (y compris celles des sections d'Espaly et du Puy-en-Velay), il convient **obligatoirement** de souscrire à une licence-assurance-adhésion lors de la seconde participation à une randonnée pédestre. Renseignements et adhésions : Edmond PONTIER, trésorier (06 11 55 18 63) ou responsable de section lors des randonnées en semaine. Le contrat avec Mutuelle du Mans Assurances (MMA) est bâti spécifiquement pour les randonneurs aussi bien pour leurs randonnées associatives **que privées**. Risques couverts (selon option) : responsabilité civile, défense et recours, frais de recherche et de sauvetage, dommages corporels, etc., **dans le monde entier. Les licences les plus complètes sont celles intitulées IRA et FRA (l'association les recommande vivement).**

IR (Individuelle avec Responsabilité Civile) : **24 euros**

IRA (Individuelle avec Responsabilité Civile et Accidents corporels + assistance en cas de maladie ou d'accident à plus de 50 km du domicile) : **26 euros**

IMPN (Individuelle **M**ultiloisirs **P**leine **N**ature avec RC et AC + assistance en cas de maladie ou d'accident à plus de 50 km du domicile) : **34,50 euros** (activités sportives assurées : randonnée pédestre, cyclotourisme, VTT, eaux vives, via ferrata, sports de glisse hivernaux, randonnée alpine avec parcours sur glaciers, passage de petite escalade, ...)

FR (Familiale avec Responsabilité Civile) : **44 euros**

FRA (Familiale avec Responsabilité civile et Accidents corporels + assistance en cas de maladie ou d'accident à plus de 50 km du domicile) : **48 euros**

FMPN (Familiale **M**ultiloisirs **P**leine **N**ature avec Responsabilité civile et Accidents Corporels + assistance en cas de maladie ou d'accident à plus de 50 km du domicile) : **63 euros** (*idem que IMPN, sports +*). Les montants indiqués ci-dessus comprennent : la licence, l'assurance, la part associative. Les assurances familiales **FR, FRA** et **FMPN** permettent de réunir plusieurs membres de la même famille dans le cadre de la même licence sans majoration de prix. On peut mentionner : conjoint(e) ou concubin(e) ou partenaire pacsé, enfants mineurs, enfants majeurs de moins de 25 ans fiscalement à charge et vivant sous le même toit que leurs parents, **petits-enfants mineurs. Chèque à l'ordre de l'ARPP Haute-Loire.**

Abonnement à Passion Randonnée Magazine (4 numéros) : il est facultatif, coûte **6 euros** l'an et se paye en principe en même temps que la licence-assurance-adhésion. Il peut être souscrit ultérieurement dans l'année. C'est une belle revue.

Nouveaux adhérents : ils doivent remplir un bordereau de demande de licence (disponible lors des randonnées ou à retirer à la Croisée des Chemins, 21 rue du Collège au Puy-en-Velay) et le joindre à leur chèque.

Certificat médical : il est devenu obligatoire dans toutes les fédérations sportives. Pour renouveler votre licence 2012, demandez à votre médecin un certificat de « non contre-indication apparente à la pratique de la randonnée pédestre ». Même procédé pour les nouveaux adhérents.

➤ **AVEZ-VOUS UNE ADRESSE INTERNET ?**

Si vous avez une adresse Internet, communiquez-la à Edmond PONTIER (edmondpontier@aol.com) et à Christian BERTHOLET (chrisbertholet@aol.com) pour recevoir vos programmes de randonnée et autres.

➤ **RANDONNEZ EN SEMAINE AVEC LES TROIS SECTIONS DE L'ASSOCIATION RANDO PATRIMOINE**

L'Association Randonnée Pédestre et Patrimoine en Haute-Loire comprend trois sections qui marchent principalement en semaine : Les Marcheurs d'Espaly, Le Puy randonnée, groupe 1, et Le Puy randonnée, groupe 2. Voici les coordonnées et les programmes de ces sections.

- Les Marcheurs d'Espaly, randonnées le mardi après-midi ou, une fois par mois, toute la journée. Les départs s'effectuent à 8 h 30 (Journée) et à 13 h 30 (Après-Midi) de la place René Cassin à Espaly. **Renseignements : Ginette BEAUZAC** (qui guide ces randonnées), **le matin au 04 71 09 30 00**. Programme du 1^{er} trimestre : 3/1/12 (Après-Midi, Les Estreys, 9 km), 10/1 (AM, Ceyssac, 11 km), 17/1 (Journée, Laussonne, 22 km ; repas morue au restaurant), 24/1 (AM, Malpas, 11 km), 31/1 (AM, St-Christophe-sur-Dolaizon, 12 km), 7/2 (AM, Chadrac, 12 km), 14/2 (AM, Chaspinhac, 10 km), 21/2 (AM, Polignac, 14 km), 28/2 (AM, Saint-Etienne-Lardeyrol, 12 km), 6/3 (AM, Beaulieu, 14 km), 13/3 (J, Céaux-d'Allègre, repas au restaurant, 23 km), 20/3 (AM, Chomelix, 12 km), 27/3 (AM, Freycenet-la-Tour, 12 km).

- Le Puy randonnées, groupe 1, randonnées le jeudi après-midi ou, une fois par mois, toute la journée. Mêmes horaires de départs que ci-dessus. **Renseignements : idem Ginette BEAUZAC**. Programme du 1^{er} trimestre : 5/1 (AM, Arzac-en-Velay, Guidage : **Marc GONCALVEZ**, 11 km, 250 m de dénivellation, départ de la place de l'église), 12/1 (Après-Midi, Moudeyres, G. : **Henri OLLIER**, 9 km, 200 m de dénivel., avec raquettes s'il y a de la neige, départ de la grande place), 19/1 (AM, Vorey-sur-Arzon, G. : **Marc GONVALVEZ**, 10 km, 300 m de dénivel., départ du Pont de Changeac), 26/1 (J, Les Estables, G. : **Henri OLLIER**, 14 km, 400 m de dénivel., avec raquettes s'il y a de la neige, départ de la grande place, repas au refuge de Fonteyssse), 2/2 (AM, Peyrard, G. : **Charles AULAGNIER**, 12 km, 250 m de dénivel., départ du parking de la Transcévenole), 9/2 (AM, Saint-Martin-de-Fugères, G. : **Henri OLLIER**, 9 km, 230 m de dénivel., départ de la place de l'Eglise), 16/2 (J, Le Vernet, G. : **André NANTOIS**, 20 km, 250 m de dénivel., avec raquettes s'il y a de la neige, départ de la grande place du Vernet, repas au restaurant à Siaugues-Sainte-Marie), 23/2 (AM, Bains, G. : **Michel FRASSE**, 14 km, 150 m de dénivel., départ de la place de la Mairie), 1^{er}/3 (AM, Vals-près-le-Puy, G. : **Edmond PONTIER**, 12 km, 300 m de dénivel., départ du parking de Géant), 8/3 (AM, Goudet, G. : **Edmond PONTIER**, 11,5 km, 400 m de dénivel., départ en entrant à Goudet), 15/3 (AM, Vazeilles-Limandre, G. : **André NANTOIS**, 12 km, 200 m de dénivel., départ de la place de l'Eglise), 22/3 (AM, St-Julien-Chapteuil, G. : **Michel FRASSE**, 13 km, 350 m de dénivel., départ place du Marché), 29/3 (AM, Chapeauroux, G. : **Edmond PONTIER**, 13 km, 300 m de dénivel., départ route de la Gare).

- Le Puy randonnées, groupe 2, randonnées avec moins de kilomètres, le jeudi après-midi ou, une fois par mois, toute la journée. Les départs pour la journée s'effectuent à 9 h et pour l'après-midi à 13 h 30 de la place Michelet (côté lycée), au Puy-en-Velay. **Renseignements : Annie DRAGOL, 04 71 09 31 76 et Albert PAYSAC, 04 71 03 68 27**. Programme du 1^{er} trimestre : 5/1 (AM, Saint-Germain-Laprade, Guidage : **Annie DRAGOL**, 7,5 km, départ du Café Gras, galette des rois au retour), 12/1 (AM, Grazac de St-Vidal, G. : **Marité VAUTERS et Mireille BEAUDET**, 8 km, départ du stade, route de St-Vidal), 19/1 (J, Polignac, G. : **Jany SABATIER et Annie DRAGOL**, 9 km le matin, 6 km l'après-midi, départ du stade, route de Blanzac, repas à l'Auberge du Donjon), 26/1 (AM, les hauts de Taulhac, G. : **Marité VAUTERS et Mireille BEAUDET**, 8 km, départ du stade, route de Coubon), 2/2 (AM, Vals, G. : **Jany SABATIER**, 9,5 km, départ Géant, parking vers sortie), 9/2 (J, Sanssac-l'Eglise, G. : **Pierrot BEAUDET**, 9,5 km le matin, 6 km l'après-midi, départ près du cimetière, repas à l'auberge Coffy à Sanssac), 16/2 (AM, la Roche, G. : **Marité VAUTERS et Mireille BEAUDET**, 8 km, départ de la Roche de Saint-Christophe-sur-Dolaizon), 23/2 (AM, Noustoulet, G. : **Annie DRAGOL**, 9 km, départ de Noustoulet, direction St-Julien-Chapteuil), 1^{er}/3 (AM, Malpas, G. : **Liliane GROSS et Rinette BONNET**, 9,5 km, départ Mill Clubs direction du stade), 8/3 (J, Saint-Paulien, G. : **Jany SABATIER et Annie DRAGOL**, 10 km le matin, 6 km d'après-midi, départ du parking Berger, repas au restaurant Berger), 15/3 (AM, Mont Chouven, G. : **Annie DRAGOL**, 9 km, départ de la piscine de Lavoûte-sur-Loire), 22/3 (AM, L'Holme « Rond de l'Ange », G. : **Christiane et Albert PAYSAC**, 8,5 km, départ de l'Holme de Coubon), 29/3 (J, sur le chemin de la Galoche, G. : **Jany SABATIER**, 10 km le matin (départ de l'ancienne gare de Lapte) et 5 km l'après-midi (départ de la Chapelette), repas au restaurant de la Chapelette).

➤ **UN SITE INTERNET POUR PARTAGER NOTRE PASSION**

Le site de l'association est en ligne. Il n'est certes pas encore complet mais il prend forme. Vous pouvez d'ores et déjà le découvrir sous l'adresse Internet suivante : www.randopatrimoine-haute-loire.fr . Nous attendons vos réactions. Merci par avance.