

Bureau de dépôt : 7000 MONS 1
N° d'agrégation : P 304133

Belgique-Belgie
P.P.
7000 MONS
5/955



PERIODIQUE TRIMESTRIEL

2

AVRIL
MAI
JUIN

2008

LES SANS SOUCIS



Editeur Responsable :

Joly Patrick
115, rue de Mons
7011 GHLIN



ORGANIGRAMME



Président	Jean PRIMOSIG	Rue Dehon, 2 7011 GHLIN Phone + fax: 065/31.81.31 // GSM: 0477/51.02.54
Vice-Président	Paul CAMPION	Cité G. Cornez, 52 7340 WASMES
Encadrement des Jeunes	paul.campion@skynet.be	Phone: 065/67.63.50 // GSM: 0477/86.95.19
Secrétaire	Christian LEPORCQ	Rue de la Liberté, 5 7390 QUAREGNON Phone: 065/78.12.05
Trésorier	Jean-Claude FIEVEZ jean-claude.fievez@skynet.be	Rue Fleurichamps, 55 7370 DOUR Phone: 065/65.53.57
Trésorier adjoint	Emile LERMUSIEAUX	Rue de la Culture, 19 7011 GHLIN Phone: 065/36.42.06 // GSM: 0498/42.44.35
Edit. Resp. Périodique et Promotion Marche	Patrick JOLY jolypatrick63@hotmail.com	Rue de Mons, 115 7011 GHLIN GSM: 0497/68.41.74 (par s.m.s. uniquement)
Responsable Cars	Jean-Pierre MOREAU	Clos de la Verte Colline, 32 7080 LA BOUVERIE Phone: 065/75.95.50 // GSM: 0478/78.61.86
Responsable Salles et Tombola	Philippe ANTHOON	Rue d'Ath, 37 7321 BLATON GSM: 0497/20.76.21 ou 0497/76.06.87
Resp. Cuisine et Vêtements Club	Bianca MURRU	Avenue Maréchal Foch, 862 7012 JEMAPPES Phone: 065/88.64.13
Responsable Assurances	Joseph DURIEUX	Rue du Temple, 37 7011 GHLIN
HORS COMITE		
Relations Publiques	Sabrina HARVENGT sabharvengt@hotmail.com	Rue Hanotte, 30 7390 WASMUEL
Responsable Carnets Marches	André DESCAMPS	Rue de Milfort, 20 7011 GHLIN Phone: 065/34.73.03
Conception des Circuits	Pascal URBAIN pur@swing.be	Rue Delporte, 21 7350 THULIN Phone: 065/65.28.90 // GSM: 0475/54.01.17
assisté par	Roger HALLEZ	Rue Grande, 133 7340 PATURAGES
	Efisio LAI efisioilai@hotmail.com	Avenue Maréchal Foch, 862 7012 JEMAPPES Phone: 065/88.64.13
Responsable Matériel	Patricia SCHUYTS vickyjoly115@hotmail.com	Rue de Mons, 115 7011 GHLIN GSM: 0474/68.91.11
Présidente d'Honneur	Francine CRUVEILLER	Echevine de la Solidarité à la Ville de Mons
"Les Sans - Soucis" I.P.E.S. Rue du Temple GHLIN	<u>Compte bancaire du Club</u> Dexia 795-5791204-02 "Les Sans - Soucis" Rue Fleurichamps, 55 7370 DOUR	<u>A tous les membres</u> En cas de changement d'adresse, ou d'erreur dans celle-ci, veuillez le faire savoir <u>sans tarder</u> à Jean-Claude, le trésorier.

Site web: <http://users.skynet.be/sans.soucis/>

Email: sans.soucis@skynet.be

Blog: <http://sans-soucis.skyblog.com>

Les articles pour le périodique sont à remettre à un Membre du Comité.

Le Comité remercie toutes les personnes qui aident à la préparation des périodiques.

Le mot du Président ...



Chers amis,

C'est sous un vent glacial que nous avons débuté notre marche du 17 février. Au fil des heures, le temps se réchauffa, le soleil était là, bien présent, ainsi que de nombreux amis marcheurs, venus de tous horizons, pour atteindre un merveilleux bilan de 1236 participants. Tout fut parfait : circuits, nourriture, accueil digne de tous les aidants, la persévérance ... sont des choses bien réelles chez les Sans-Soucis.

Une marche terminée, une autre se profile déjà à l'horizon : notre marche du printemps. Je demanderai à tous les aidants de répondre présent pour accomplir les nombreuses tâches. Deux cars sont déjà annoncés. Il va y avoir du boulot ! Je compte déjà sur toutes les bonnes volontés.

Cette année correspond aux 25 ans du jumelage avec le club AMTF de Plombières. Le 14 septembre, il y aura un car. Nous irons fêter tous ensemble cet événement avec nos amis liégeois. Des manifestations sont déjà prévues : administrations communales etc. ... A vos agendas, dimanche 14 septembre, tous au car !

A cette occasion, des Sans-Soucis souhaitent refaire l'exploit de sept valeureux marcheurs de notre Club il y a 25 ans. Rejoindre Ghlin à Plombières à pied en 3 ou 4 étapes. Si l'aventure vous tente, prenez contact avec un Membre de notre Comité. Si c'est le cas, préparons ensemble ce grand événement. Nous aurons besoin de 3 voitures suiveuses pendant 4 jours. Des hommes et des femmes de bonne volonté pour préparer la nourriture. Au plus vite nous serons renseignés, au plus vite nous serons préparés.

A bientôt sur les sentiers.

Jean.

La pensée du marcheur...

Un chemin qui descend est un chemin qui monte en sens inverse et réciproquement.

Pierre Dac (humoriste français)



Le mot du Comité ...

Voilà le retour du printemps. A toutes et à tous, le Comité vous souhaite de bonnes marches et espère encore vous voir nombreux à nos différentes manifestations.
Amitiés à toutes et à tous ...

Le Comité.



Le mot de l'équipe responsable périodique ...

Vous êtes maintenant plusieurs à nous proposer spontanément des articles à insérer dans notre périodique : nous vous en remercions. N'hésitez pas à nous fournir des photos, des articles en rapport avec la marche et là, le choix est vaste puisque vous pouvez nous proposer des articles sur vos randonnées même si elles se déroulent à l'étranger, les bienfaits et/ou les dangers de la marche (voir à ce sujet l'article sur la maladie de Lyme), les remèdes aux problèmes rencontrés par les marcheurs ... Un peu d'humour ou un petit jeu est aussi le bienvenu. Faites découvrir votre passion aux autres et, peut-être, aurez-vous l'occasion de rencontrer des personnes qui partagent les mêmes centres d'intérêt que vous.

Lorsque nous présentons notre périodique à des personnes qui souhaiteraient rejoindre notre Club, ces dernières sont étonnées de la consistance de notre périodique : soyons en fiers car c'est une belle *carte de visite* pour notre Club et tout à notre avantage.

Indépendamment du travail de chacune des personnes qui fournissent les articles et/ou les corrigent, sans compter le temps déjà passé à établir un modèle de base et le temps passé à porter le modèle fini à l'imprimerie avant de l'envoyer, la préparation du périodique a nécessité un peu plus de 35 heures de travail ! Une fois lu, ne le jetez pas à la corbeille à papier mais pensez plutôt à le déposer dans la salle d'attente d'un médecin par exemple (et pour autant que celui-ci soit d'accord) : c'est un joli coup de publicité pour le Club !

Enfin, pour rappel, n'oubliez que si vous disposez d'une adresse électronique, vous pouvez recevoir votre périodique par mail : un essai ne vous engage à rien. Communiquez néanmoins votre adresse de courriel car c'est aussi l'occasion d'être au courant de certaines petites choses ...

Merci à toutes et à tous pour votre collaboration.

L'Equipe.



La petite boutique de Bianca ...

Training complet	50 €
Veste training seule	30 €
Pantalon seul	25 €
Veste d'hiver sans manches	25 €
Sweat-shirt	20 €
Singlet ou top	12 €
Sac banane	09 €
Casquette	09 €
Tee-shirt avec logo 3 couleurs	07 €
Tee-shirt avec logo bleu	06,5 €

Envie de vous 'relooker' ? N'hésitez pas à me contacter ! Vous pouvez passer prendre votre commande le mardi ou le jeudi de 17h à 19h.

P.S. : un coup de fil avant votre passage vous évitera un déplacement inutile !

Bianca.



Le mot de la relation publique ...

Bonjour à toutes et à tous,
Je m'appelle Sabrina Harvengt, âgée bientôt de 34 ans, je suis secrétaire de direction au CPAS de Mons au sein du service juridique.
Dès mon plus jeune âge, j'étais inscrite vers 1976 au sein du Club.
Par la suite, mes parents, pour des raisons purement familiales et organisationnelles, n'ont plus continué à marcher.
Mon papa est malheureusement décédé, il y a bientôt 4 ans et j'ai décidé avec ma maman et quelques amis de nous réinscrire dans le club et de participer aux marches.
Ayant connu Jean Primosig très jeune, celui-ci m'a aimablement informée que le Comité recherchait de nouvelles forces jeunes afin de le renouveler un peu.
C'est pourquoi j'ai proposé mes services en qualité de relations publiques. Pour l'instant, je suis en stage jusque début 2009 et, ensuite, je prendrais officiellement mes fonctions pour autant que je sois élue.
Je serais heureuse de vous rencontrer à notre prochaine Marche du Printemps le 12/04/2008 au Parc Communal de Baudour.
A bientôt.



Sabrina

Le mot du responsable promotion de la marche ...

Pour rappel, je tiens à votre disposition des affiches de format A3 pour faire connaître notre Club.
De plus, par l'intermédiaire du responsable provincial de la promotion de la marche, nous pouvons disposer de petits livrets (½ format A4) de 4 pages, présentant la marche et la Fédération et reprenant en page centrale les coordonnées des clubs du Hainaut. Ces petits livrets peuvent être déposés dans les librairies, les salles d'attente, les comptoirs de boutiques ... selon l'arrangement que vous prenez avec le responsable de l'endroit où vous les déposez.
Vous en souhaitez ? Signalez le moi et je ferai le nécessaire ...
Merci pour votre collaboration.



Patrick.



Le mot du responsable tombola ...

Chers Membres et Amis du Club,
Avant tout, je voudrais vous remercier des nombreux lots reçus par vous ou par l'intermédiaire d'autres Membres du Comité !
J'avais demandé d'apporter ceux-ci, à partir de novembre jusqu'à fin février, et en général, cela a été bien respecté.
Si j'ai demandé de respecter ce délai, c'est qu'il faut de la place pour stocker ces nombreux lots, car la tombola du Club se fait lors de notre marche du Mouligneau en février, comme chaque année.
(Cette tombola, je vous le rappelle, est entièrement pour le Club !)
En ce qui concerne les lots, ceux-ci sont très beaux et nombreux. (+/- 410 pièces) Quelques-uns ont été cassés. (3 au total)
Je voudrais également remercier Mauricette Mestdagh, Véronique Dubroux et Nathalie Gondry, pour la préparation (numéros, etc.) qui a été réalisée le samedi 26 janvier de 14h30 à 20h30, soit 6 heures de bénévolat, ainsi que Anna-Maria Sprosato, pour l'acquisition de caisses à bananes, afin de transporter tout cela.
Je profite de l'occasion pour vous dire que si vous possédez d'autres caisses de ce genre, je serais intéressé de les avoir pour d'autres tombolas du Club, brocantes ou à titre personnel.
Pour me contacter, vous pouvez m'appeler au 0497/76.06.87

Philippe.

Le mot de la responsable matériel ...



Je remercie les personnes qui prennent la peine à chacune de nos organisations de remettre à chaque fois les affaires à leur place dans la réserve et je remercie aussi les personnes qui, spontanément, offrent du matériel au Club.

Patricia.



Bienvenue chez les Sans-Soucis à ...

Monique Bouchez	Constance Durieux	Luc Houyoux	Micheline Godrie	Guillaume Caucheteux
Annick Harmegnies	Brigitte Prévost	Patrice Cauchefér	Claudine Termolle	Mathilde Boulanger
Bertrand Boudart	Christine Leenders	Pascaline Zaupa	Chantal Van Pel	André Wala
	Clémentine Boulanger	Monique Delbauve	Nino Costanzo	

Nous ne le savons pas toujours ...

Ayons une pensée pour les Membres de notre Club qui sont momentanément dans l'impossibilité d'être des nôtres et souhaitons leur un prompt rétablissement.



Rappel ...

Dans cette nouvelle section, des petites choses qu'il faut TOUJOURS garder à l'esprit pour éviter des surprises désagréables ou, simplement pour ne pas oublier certains avantages ...

Pour éviter tout litige en cas d'accident, pensez à **toujours** remplir correctement votre carte d'inscription.

Lors de votre randonnée, le code de la route est **de stricte application**.
De plus, les chiens **doivent** être tenus en laisse.

La plupart des mutuelles rembourse à leurs affiliés leur cotisation annuelle à un club sportif. Renseignez-vous et si tel est le cas, demandez alors une attestation à remplir pour y avoir droit. Un Membre du Comité se fera alors un plaisir de vous remplir votre document.

Vous disposez d'une adresse e-mail ?
Communiquez-la à Patrick mais surtout **pensez à la vider régulièrement !**

Revue de presse ...



Une nouvelle section dans votre périodique : vous trouverez ici des articles de presse sur notre Club ou des articles de presse avec des photos sur lesquelles apparaissent nos Membres.

Si vous êtes en possession de ce genre d'articles, n'hésitez pas à les faire parvenir à un Membre du Comité.

Après en avoir fait une copie, votre article vous sera rendu si vous le souhaitez.

D'avance, merci.

Notre voyage en car, au mois de février ...



Ce jour-là, nous étions une bonne septantaine de Sans-Soucis à nous réjouir de la journée qui s'offrait à nous.

Belle journée en perspective, Nieuwport ... Nous partions vers la mer. La météo était prometteuse, et nous étions tous contents d'aller évoluer aux abords de la grande bleue, ce 3 février.

Il était 8 heures quand nous avons pris le départ à Ghlin : car confortable, chauffeur agréable, le voyage de l'aller s'est déroulé très agréablement.

Vers 10h30 nous étions sur place. Pas mal de marcheurs battaient déjà les sentiers fléchés.

Nous-mêmes après un petit réconfort, nous nous lançâmes sur les chemins, accompagnés d'un soleil bienfaisant ; longeant les plages et alentours de la grande bleue, nous nous sentions réellement gâtés !



Suivant le parcours choisi, certains terminèrent plus tôt, donnant l'occasion d'un lèche-vitrine le long de la digue.

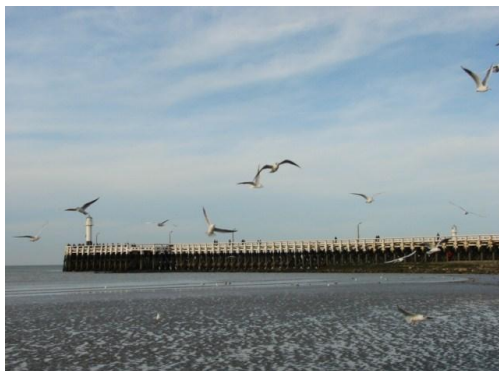
D'autres voulaient profiter au maximum et batifolaient, les pieds nus dans le sable.

Bref, quelle journée magnifique à contempler le grand large en plein soleil, un 3 février !

A 18h30, nous mettions fin à ce plaisir ; il fallait reprendre la route pour le retour.

Nous en avons profité à volonté : soleil, grand large, moules, poissons, quels bons moments passés entre Sans-Soucis !

Le retour fut calme, l'air de Nieuwport nous ayant assommés.



Mais tous étaient ravis ; on en oubliait notre fatigue, on se remémorait chaque moment de plaisir.

Merci à tous de votre agréable participation.

A bientôt pour ... Aubel.

Evelyne.

Notre voyage en car, au mois de mars ...

C'est encore en compagnie du sympathique chauffeur Sébastien que nous effectuons le trajet séparant notre local du club de marche d'Aubel, chez les Compagnons de Saint Hubert.

Un car presque plein et après les arrêts habituels, nous voilà en route sous la pluie qui malgré tout nous laissera un peu de répit durant la journée.



Sur place, une grande salle qui semblait parfois un peu vide.

Chacun prend alors place facilement, se prépare pour la marche tout en buvant une boisson bien souvent chaude et après distribution des cartes d'inscription, chacun s'élance alors sur le parcours de son choix.

Malgré la pluie donc, chacun aura pu apprécier les parcours bien fléchés et parfois un peu boueux et découvrir le panorama très verdoyant de la région.

Et, au retour de la marche, bon nombre d'entre nous se changent, papotent et boivent un verre en toute décontraction en attendant la visite.



Nous avons en effet la possibilité de visiter une siroperie artisanale. Petite visite très intéressante avec les explications du patron de l'endroit, bien sympathique monsieur qui nous fait faire le tour de son établissement.

Petits et grands sont attentifs et après avoir regardé un petit documentaire, le patron répond avec plaisir à nos questions.

Sur place, petite dégustation avec possibilité d'acheter les délicieux et naturels produits maison avant de rejoindre le car.

Le retour se fait dans le calme. Encore une journée agréablement passée et déjà on évoque notre prochain car à Wolvertem.



Notre marche de février ...



Ce dimanche-là,
Un peu moins de 1300 marcheurs
ont rejoint Ghlin
pour participer à notre traditionnelle
marche du Mouligneau
dont un car qui venait de Goé,
en province de Liège.



Un soleil bien réconfortant accompagna
les marcheurs une bonne partie de la journée et
tous furent encore ravis de la qualité des parcours
proposés par Pascal et toute son équipe.
Mais notre succès, nous le devons aussi à toutes les
personnes qui, le samedi avant la marche, avaient
passé une bonne partie de leur journée à préparer
les salles, le bar, la cuisine, les contrôles ...
Le dimanche, c'est sur une équipe de bénévoles
bien motivée que nous avons pu compter tout au
long de la journée. Même si, en fin de journée, sous
le coup de la fatigue sans doute, ce sont toujours
les mêmes personnes qui restent pour tout ranger,
cette journée aura été bien agréable.
Une petite dizaine de nouveaux Membres nous ont
fait l'honneur de rejoindre notre Club.

Nous déplorons toutefois un accident
mais sans grande gravité tout en espérant
que la jeune victime se soit
bien rétablie.

Rendez-vous est maintenant pris
pour notre marche de printemps !



25^{ème} anniversaire du jumelage entre les Sans-Soucis de Ghlin et le club AMTF de Plombières (2^e partie)

Dimanche 18 septembre 1983 : jumelage officiel entre les deux clubs.

Rappel

Dans le courant de juillet 1983, 7 marcheurs des Sans-Soucis réalisèrent à pied la distance de 186 km entre Ghlin et Plombières en 4 étapes se terminant à Sombreffe, Hannut, Oupeye et Plombières.

Pourquoi cette randonnée ? Pour préparer à la manière des marcheurs un jumelage extrêmement sympathique entre le club de Plombières et celui de Ghlin. Il y a de ces unions que l'on réalise en battant la semelle.

Si je me rappelle bien, l'idée du jumelage prit naissance lorsque les marcheurs de Plombières vinrent en car chez nous, pendant leur carnaval et mirent une ambiance pas possible dans notre ancienne salle de la rue de la Culture.

Dimanche 18 septembre 1983

Organisation des cars

Deux cars quittèrent la cité ghlinoise aux environs de 7h00 pour mettre le cap sur Plombières. D'autres marcheurs effectuèrent le trajet en voiture.

Les membres du club de Plombières avaient bien fait les choses pour réussir ce jumelage qui reposait sur l'amitié, le sourire et l'ambiance.

Ainsi deux villages wallons, l'un à l'ouest, l'autre à l'est allèrent réaliser un mariage sportif. Des représentants de la ville de Mons furent invités à assister à une fête née de cet engouement pédestre.

Départ de la salle et dépôt d'une gerbe au monument aux morts

La plupart des « Sans-Soucis » et une délégation du club de Plombières se rendirent à pied, de la salle, pour déposer une gerbe au monument au mort où la fanfare locale était présente. Il était évidemment impossible à tous les membres de notre club jumeau d'être présents puisqu'ils organisaient leur marche durant les 2 jours du week-end.



Philippe (mon frère), heureux de porter les fleurs



Sur la photo, Evariste, Charles, Yvan, Armand et Claudine



Ici Johnny, Jean, Alain, Claudine, Armand et Jean-Luc



Dépôt de la couronne que Philippe a vite refilé à Claudine devant le monument aux morts

Installation d'un panneau commémoratif dans la salle de Plombières

Un panneau en bois, représentant les fanions des deux clubs ensemble fut apposé dans la salle du club. Il y est toujours à l'heure actuelle : je l'y ai encore remarqué lors des 100 km de Welkenraedt 2007 où la salle de mi-parcours se trouve à Plombières.

Ce panneau fut dessiné de main de maître par Charles qui deviendra président du club après Claudine.



Le panneau va être accroché. De gauche à droite, Claudine, Jean-Alphonse (président de Plombières), Antoinette, Charles et Jean-Louis

Ambiance dans la salle

Chacun d'entre-nous effectua sa marche (souvent une petite distance car beaucoup ont suivi le cortège de l'amitié)... puis, après l'effort, le réconfort, toujours dans une ambiance bon enfant.

Jules, loin des cérémonies fut le seul du club, je crois, à réaliser les 42 km ce dimanche.



Antoinette et Jules



Jacques, comitard de la première heure

Retour à Ghlin

Si le premier car est retourné plus tôt dans la cité ghloise, l'ambiance fut particulièrement joyeuse dans le car des « irréductibles » qui firent la fiesta à Plombières jusque très tard ce dimanche.

Le chauffeur de notre car, quoiqu'au départ pas du tout d'accord pour repartir en fin de soirée, s'amusa finalement beaucoup avec nous et ne regretta pas du tout sa journée.



Ambiance indescriptible dans notre car de retour

Voilà ce que j'ai pu réunir comme informations et photos en ce qui concerne cette page importante de notre club.

Ce fut très émouvant pour moi de retourner ¼ de siècle en arrière pour vous raconter cette aventure. Pas mal de marcheurs de l'époque sont décédés, d'autres ne marchent plus ou ont quitté le club. Beaucoup de nouveaux membres sont arrivés.....ainsi va la vie !!!!!

Amitiés sportives.

Jean-Luc Nef.

Randonnée en Bretagne – Mars 2007.
Plougrescant (et environs), dans les Côtes d'Armor.
Itinéraire fléché (sur bornes), départ : place de l'église de Plougrescant.

Pour apprécier ce parcours, il faudra être un amateur de "marche dans le vent", mais dans ce cas, comme nous, vous ne serez pas déçus. Terrain facile avec beaucoup de pistes et des bons sentiers. Certes, il y a plusieurs montées et descentes successives et le dénivelé est non négligeable mais il n'y a jamais de pentes longues et dures. Egalement peu de difficultés d'orientation. En revanche, le parcours est vraiment long, il faut de l'endurance.

Plougrescant est surtout connu pour la carte postale qui a fait le tour du monde et qui représente une petite maison de pierre construite et enchâssée entre deux énormes blocs de granit. Entourée d'un muret de pierre, elle a été construite à quelques mètres d'un gouffre !!! Sorte d'image d'Epinal, cette curiosité est devenue la carte de visite d'un village bordant des falaises abruptes et sauvages (bonjour le vertige !!) où l'on trouve une nature qui a laissé libre cours à sa fantaisie.

[Le chemin de randonnée est là](#)



Au cours de la randonnée nous tombons sur cette maison surprenante, "Castel Meur", c'est le nom de celle-ci. Elle tourne le dos à la mer, pour se protéger des vents violents qui soufflent lors des tempêtes, fréquentes à cet endroit. Cette demeure minuscule fut érigée à une époque où les permis de bâtir n'existaient pas, où chacun pouvait construire à sa guise et laisser libre cours à sa fantaisie.



"La petite maison entre les rochers".



"Le gouffre".

Derrière la petite maison, une faille s'est taillé un chemin presque jusqu'au pied du rocher qui la protège (pas intérêt à se tromper de porte de sortie !!).

Faisant face aux éléments lorsque les vents soufflent, ses pans de rochers en amplifient le déchaînement au point d'en faire trembler, parfois le sol granitique sous nos pieds, impressionnant La nature a donc placé ici une autre image qui a fait la renommée de Plougrescant : le Gouffre !

Le panorama qui s'y déroule semble ne plus vouloir s'arrêter à l'horizon d'une côte parsemée de pointes et de rochers rivalisant de sauvagerie.



Ce site remarquable, mais surtout impressionnant par la rudesse du paysage, décuple lors des coups de vent, l'impression est indescriptible. A ce moment, les déferlantes se ruent avec une violence inouïe entre les énormes blocs de granit, soulevant des gerbes d'écume soufflées sur des dizaines de mètres ! A voir, sans aucun doute Lors d'une accalmie, le site paraît pourtant bien tranquille ... En revenant vers le village, la côte aura complètement changé de visage, repoussant la mer au delà de nombreux rochers et îlots abritant, parmi les champs d'algues, crabes, coquillages et huîtres et qui vous promettent un succulent repas si ... vous savez les décrocher de leur rocher à coups de galet !



Jean Claude R.

Compte rendu : week-end de belle randonnée à Engreux ...

Bon, je voulais m'entraîner, me tester. En vue d'une randonnée Vosgienne prévue pour le W-E de Pâques avec une bande de jeunes fous. Je me suis donc inscrit à ce W-E de "belle randonnée" organisé par l'ADEPS.

Voir annonce « ADEPS » et <http://www2.adepts.cfwb.be/index.asp?m=page&i=61>

Cela s'est passé entre La Roche et Engreux, dans la vallée de l'Ourthe (Ardennes Belges). Septante participants, des récidivistes pour la plupart. Au moins 50% de cinquantenaires, et "au pif, égalité masculin-féminin. Quatre guides pour encadrer tout cela. "Belle randonnée", disaient-ils ... Six heures et demie de marche forcée, hors pauses; 24 km au compteur, et 920 m de dénivelé positif cumulé.

Rien que du sentier discret, de la boue, des rochers glissants, les souches, des arbres abattus en travers des passages, des ruisseaux transformés en torrents, l'Ourthe sortie de son lit. Quelques "directes", des passages à gué tous mouillés. Un beau, un super programme, vraiment hors des sentiers battus.

Bien, j'en ai bavé. J'ai hissé mes 120 kg sur ces 900 m, je les ai freinés sur 800 m, je les ai portés sur ces 24 km. Au bord de l'essoufflement en début de parcours, à la limite de la crampe sur la fin. Sans jamais retarder mon groupe, qui a maintenu l'ordre de marche.

Je peux le faire! Mais je l'ai payé dans mon genou droit, fragilisé par une chute sur un rocher il y a trois ans.



C'était, je crois, plus dur que ce que les organisateurs avaient prévu. Les deux derniers groupes ont pris pas mal de retard. Les organisateurs ont dû se faire un peu peur aussi, car longer l'Ourthe en crue sur un étroit sentier à moitié inondé, c'est bien de la chance que personne ne soit tombé dedans.

Bref, le programme du lendemain a été revu à la prudence, avec cette fois beaucoup de chemin, et même de la route en dur. Trop à mon goût, et surtout au goût de mon genou. Mais je reviendrai, c'était too much !

Marcel Dufour.

Hommage ...

A un fidèle compagnon
de certains marcheurs : le chien ...



Mon bon maître,
je voudrais être ton fidèle ami, si tu veux être le mien.
Fais-moi une place dans ta maison, j'en prendrai grand soin.
Si tu choisis mon nom, je le porterai fièrement.
Pour te remercier de la nourriture que tu me donnes,
j'obéirai strictement à ce que tu ordonnes.
Pour prix de tes caresses et de ton affection,
de mon dévouement et de ma vie entière, je te fais don.



Remerciements ...

A Jean-Luc, pour sa fastidieuse et longue relecture du périodique pour corriger les (nombreuses) fautes avant qu'il ne soit porté à l'imprimerie. (le périodique, pas Jean-Luc !)
Si Jean-Luc, tu les mérites bien !

Petites annonces ...

Au profit du Club :

- des fleurs artificielles pour réaliser des décorations de table. Tout autre article de décoration pour table est le bienvenu aussi (pommes de pin, guirlandes ...)
- des décorations pour les salles lors de nos marches : - pour février : des articles rappelant la saint Valentin – pour avril : des décorations rappelant le printemps, Pâques ou la bière – pour novembre : des décorations rappelant la fête d'Halloween.
- des lots et des caisses à bananes pour la tombola de Philippe mais aussi des lots pour les enfants pour notre journée de l'amitié ainsi que des trophées (coupes, médailles ...)
- s'il traîne chez vous des cd audio originaux et que vous ne savez pas quoi en faire ... pensez à notre DJ Philippe.
- si vous 'héritez' d'essuie vaisselle, de torchons, de couverts (pelles à tarte, couteaux de cuisine ...) l'équipe cuisine sera ravie de voir que vous pensez à elle.
- pour compléter le périodique, des articles en rapport avec la marche ou des revues ayant pour thème la marche ou la santé.
- enfin, avant de jeter quoi que ce soit, si vous pensez que cela pourrait être utile au Club, faites le savoir ...

D'avance, un grand merci.

A VENDRE ...

Une machine à laver en bon état de marque BLUESKY modèle BLF1017EU de capacité de 5kg. pour 100 euros et une imprimante multi fonctions récente (imprimer, numériser et copier) de marque HP (modèle PSC1510) fournie avec câble d'alimentation, sans cartouche d'encre mais avec un kit de recharge, cd d'installation et environ 250 feuilles de papier blanc A4 pour la somme de 40 euros. Pour cause de double emploi. Contacter Patricia : 0474/68.91.11



JE RECHERCHE ...

S'il traîne dans vos caves et greniers des bandes dessinées dont vous n'avez plus usage, plutôt que de les faire atterrir dans la corbeille à papier, pensez à moi ! Merci.

Patrick

ACHAT – VENTE ...

- Cause fausse alerte, vend cercueil en ébène, jamais servi.
- Chien à vendre : mange n'importe quoi. Adore les enfants.
- Vend robe de mariée, portée une fois par erreur.
- Petits prix : un lot de livres auxquels il manque la plupart des pages. Convierait à une personne n'aimant pas la lecture.
- A vendre : lot de 5 insignes du Mouvement de Libération de la Femme. Cause : mariage.
- A vendre : jolie collection de pots de vin.



Marre du bœuf, veau, poulet, mouton ...

Envie de changer de goût, cuisiner autrement, savourer de la viande tendre ?

Rôtis en sauce, à la bière, à l'ancienne, à la broche, les recettes sont variées ...

Alors qu'attendez-vous pour manger du lapin ?

Elevés en garennes, nourris sainement avec légumes, nourriture adaptée, pain et herbes de Provence (thym), leur viande fond en bouche.

Intéressés ? Téléphonez-nous au 065/35.22.59 chez Michel et Mireille Stievenart.

A vendre pour cause de décès ...

Convecteur gaz Well Straler 9.3 KW, ayant peu servi. Prix à discuter.

Intéressés ? Téléphonez-nous au 065/35.22.59 chez Michel et Mireille Stievenart.

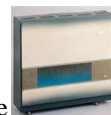


Image non contractuelle

FLASH INFO ...

Notre marche d'avril ...

De nouveau, nous faisons appel aux volontaires pour les différentes tâches à accomplir lors de notre marche de printemps à Baudour. Parcours à flécher, salle et contrôles à préparer, travail en cuisine, en salle, au bar, contrôles à assurer : il y a une occupation à offrir à toutes les personnes de bonne volonté. N'hésitez pas à vous proposer spontanément.

Merci.



Notre journée de l'amitié, ce 14 juin ...

Cela sent les vacances ! Avant de nous quitter pour profiter de vacances bien méritées, retrouvons-nous encore une fois ensemble pour partager ce merveilleux moment de détente et d'amitié.

Après une balade en groupe de +/- 7 kilomètres, barbecue, boissons à prix démocratiques, petite tombola et jeux pour petits et grands rythmeront notre après-midi dans une ambiance musicale.

Dans ce périodique, vous trouverez un bon de participation à remplir et à renvoyer (ou remettre) à un Membre du Comité.

Nous vous attendons nombreux ...



OUI, JE SOUHAITE PARTICIPER A LA JOURNEE DE L'AMITIE
ORGANISEE LE 14 JUIN 2008
EN NOS LOCAUX HABITUELS A GHLIN
(I.P.E.S. RUE DE MONS)

- A 10 HEURES SI VOUS SOUHAITEZ PARTICIPER A LA MARCHE PROMENADE EN GROUPE (+/- 7 KM)
- A 12 HEURES SI VOUS SOUHAITEZ NOUS REJOINDRE POUR LE BARBECUE

SOIT : JE VERSE LA SOMME DE 5 € PAR PERSONNE AU COMPTE 795-5791204-02
AVEC LES MENTIONS SUIVANTES :

NOM + PRENOM + NOMBRE DE PERSONNES - JOURNEE AMITIE

SOIT : JE CONFIRME MON INSCRIPTION AUPRES D'UN MEMBRE DU COMITE EN LUI
REMETTANT CE BON ET LA SOMME CORRESPONDANTE (5 € PAR PERSONNE)

NOM :

PRENOM :

ACCOMPAGNE(E) DE PERSONNE(S) SOIT €

Cartes avantages ...

Le CA a décidé de ne pas renouveler cette expérience parce que les avantages prétendument liés à la carte n'avaient pas tous été réellement négociés par l'AISF. De plus, la distribution des cartes avait déjà subi une modification inattendue en 2007 puisque le CA a été contraint de demander aux clubs de les distribuer eux-mêmes. Tout cela n'étant pas très sérieux, le CA a préféré renoncer.



Le bénévole, espèce menacée en voie de disparition ...

Le bénévole (*activas benevolus*) est un mammifère bipède que l'on rencontre surtout dans les sociétés où il peut se réunir avec ses congénères. Les bénévoles se rassemblent à un signal mystérieux appelé "convocation".

On les rencontre aussi en petits groupes en divers endroits parfois tôt le matin, parfois tard le soir, l'œil hagard, les cheveux en bataille, le teint blafard, ils discutent ferme de la meilleure façon d'organiser, d'animer une manifestation ou d'accroître les recettes pour boucler le budget.

L'ennemi héréditaire du bénévole est le YAQUA (nom populaire).

Le YAQUA est également un bipède, il se caractérise surtout par un cerveau très petit dont la capacité semble se limiter à ces quatre mots "Y a qu'à" prononcés en deux syllabes, d'où le nom de YAQUA ou même YAKA en orthographe moderne.

Le YAQUA abrité mais à l'affût, attend l'erreur ou l'oubli du bénévole pour bondir, lancer son venin et atteindre son adversaire en provoquant chez lui une maladie grave, le découragement. Les premiers symptômes de cette implacable maladie se constatent rapidement sur le sujet atteint : absences de plus en plus fréquentes aux réunions, intérêt croissant pour le jardinage, la pêche, les mots croisés, la télévision ou le confort béat d'un moelleux fauteuil. Minés par le découragement, les bénévoles risquent de disparaître. Il est à craindre que dans quelques années, l'espèce ne puisse plus être trouvée que dans les zoos où sans doute ils développeront le syndrome carcéral, c'est-à-dire l'impossibilité ou le refus de se reproduire.

Les YAQUA, avec leurs petits cerveaux et leurs grandes langues, viendront sans doute leur lancer des cacahuètes pour tromper leur ennui. Ils se rappelleront alors avec nostalgie, le passé relativement récent où le bénévole abondait et où ils pouvaient le traquer à loisir.

Il est déjà temps d'y penser ...

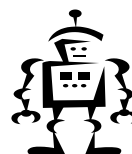
Même s'il reste encore quelques mois à passer, vous pouvez déjà, dès à présent, penser à notre assemblée générale de 2009.

En effet, outre le fait de voter (vous pouvez donc penser aussi à déposer votre candidature pour rejoindre le Comité), vous pouvez également proposer des modifications aux statuts et règlements du Club. Dans nos deux prochains numéros, règlements et statuts seront intégrés dans le périodique.

C'est ensemble que nous faisons que notre Club est ce qu'il est aujourd'hui ...



Les bons conseils de 'Tatie Evelyne' ...



Des robots pour apprendre à marcher !

Faire se déplacer des nourrissons de 6 mois infirmes, tel est le défi singulier relevé par des chercheurs de l'université au Delaware, aux Etats-Unis. Ils se servent pour cela de robots pour aider ces enfants à découvrir le monde.

A l'aide d'une drôle de machine, sorte de croisement entre un engin robotisé et un pare-choc de voiture, un bébé de 6 mois, souffrant de problèmes orthopédiques, peut apprendre à se déplacer avec plaisir tout en poussant la manette de son petit véhicule.

Les chercheurs estiment que le robot, surnommé UDI, est la promesse de nouveaux horizons pour ces enfants infirmes dont ceux souffrant justement de problèmes orthopédiques ou de myopathie.

Les robots à roulettes peuvent ainsi les aider à bouger et à découvrir et explorer le monde autour d'eux.

Comment vivre jusqu'à 90 ans en bonne santé ?

Certes, la génétique a son mot à dire (et la fatalité aussi, hélas) ... Mais le style de vie entre aussi en ligne de compte.

Ainsi, un homme de 70 ans, de poids normal et non fumeur, qui ne souffre ni de diabète, ni de cholestérol ET QUI PRATIQUE REGULIEREMENT UNE ACTIVITE PHYSIQUE, a-t-il 54% de chances de vivre jusqu'à 90 ans et qui plus est, en bonne santé !

Une probabilité qui, selon les chercheurs américains, chuterait à 44% pour les sédentaires, à 36% pour les hypertendus, à 26% pour les obèses et à 22% pour les fumeurs. Et à ... 4% seulement pour les personnes de sexe masculin qui cumulent ces quatre facteurs de risque !

Un résultat pas vraiment surprenant mais qui démontre encore une fois l'importance de toujours veiller à son style de vie et ce, même après 70 ans.

On ne le dira jamais assez : bougeons et montrons l'exemple aux jeunes générations ...



La maladie de Lyme ...



Si, indépendamment des chutes ou autres problèmes du même gabarit, marcher est un vrai plaisir, il n'en reste pas moins qu'il existe des risques liés à la pratique de cette activité de plein air.

Il nous a donc été demandé, après un cas vécu, d'attirer l'attention des marcheurs sur cette véritable maladie qui se développe insidieusement alors qu'au départ, il ne s'agit que d'une simple morsure d'insecte.

- Au commencement, la morsure ...

Vous vous promenez dans les bois ou les hautes herbes d'un champ, suivant en cela le parcours fléché proposé par le club visité lorsque tout à coup, peu après avoir frôlé une branche ou une feuille, vous êtes 'piqués' : vous voilà la nouvelle victime d'une tique !

A première vue, rien de désagréable si ce n'est la 'piqûre' en elle-même mais non content de vous avoir eu, la tique vous transmet lors de sa morsure, une bactérie. (qui répond au doux nom de *Borrelia Burgdorferi*) C'est à partir de ce moment-là que les problèmes vont commencer !

- Le développement de la maladie ...

La maladie de Lyme se développe en trois étapes qui peuvent être séparées de longues périodes durant lesquelles aucun symptôme n'apparaît.

❖ 1^{re} étape

3 à 30 jours après la morsure, commence à apparaître une lésion cutanée de couleur généralement rouge, de forme ovale et pouvant atteindre 5 cm. Des manifestations générales (maux de tête, douleurs articulaires, légère ascension de la température corporelle, fatigue) et des ganglions proches de la lésion cutanée peuvent être associés traduisant la dissémination de la bactérie dans l'organisme.

❖ 2^e étape

Elle débute de quelques semaines à quelques mois après la 1^{re} étape et se caractérise par des manifestations cutanées, neurologiques et rhumatismales qui peuvent se rencontrer isolément ou associées.

❖ 3^e étape

La 3^e étape survient des années après la morsure initiale et les atteintes dermatologiques, neurologiques et rhumatologiques dominent essentiellement cette étape.

- Le traitement ...

Le traitement de la maladie de Lyme doit s'envisager différemment selon la phase d'évolution. Son efficacité repose essentiellement sur la précocité de la prise en charge thérapeutique. Plus le traitement est tardif (phase secondaire, voire tertiaire), plus le patient est exposé à une résolution lente de sa maladie et à une persistance des symptômes.

- Pour conclure ...

La prévention contre les morsures de tiques demeure constamment indispensable. Qu'elle soit active ou passive, personnelle ou collective. Des répulsifs peuvent être appliqués, sur la peau ou sur les vêtements.

Cependant, leur efficacité demeure limitée sur les acariens ; de surcroît, ils ne sont pas dénués d'effets secondaires indésirables. Leur emploi ne dispense donc, en aucune manière, de respecter les précautions d'usage dont le port de vêtements adaptés et l'auto-examen fréquent et méticuleux.



Une tique (noir et rouge)

Tatie Evelynne et Tonton Efisio.

Classement du Challenge A.C.H.O.



Tout d'abord, un rectificatif extrêmement important : contrairement à ce qui avait été annoncé dans le périodique précédent, le Club Verdigym HT003 de Flobecq poursuit bel et bien ses activités. Francis Brésart me confirme qu'un nouveau Comité, dynamique et motivé, a repris le flambeau. Tout en présentant nos excuses, nous souhaitons au club de Flobecq (qui garde le même numéro matricule et qui s'appellera *Verdigym Collines*) de vivre encore de belles aventures au sein de notre Fédération.

Ci-dessous, vous trouverez le classement du Challenge. Au vu de la place disponible dans le périodique, seuls les Clubs de l'A.C.H.O. figurent dans ce classement mais sachez néanmoins que 16 clubs, ne faisant pas partie de l'association ont pour le moment plus de points que nous. Tous clubs confondus, le classement général nous voit donc pointer à la 29^e place pour un total de 117 clubs.

Enfin, pour rappel, indépendamment du classement inter clubs, vous pouvez obtenir un petit cadeau à l'issue de ce Challenge pour autant que vous ayez participé à 12 marches minimum sur l'ensemble des 15 marches proposées. Vous trouverez le calendrier de ces marches sur votre carte de participation.

[illegible]

En avril, le car nous emmène à Wolvertem ...

Meise est une commune néerlandophone de Belgique située en Région flamande, dans la province du Brabant flamand. Elle est limitrophe des communes flamandes de Grimbergen, Kapelle-op-den-Bos, Londerzeel, Merchtem et Wemmel. Le Jardin botanique national de Belgique y est installé sur le domaine du château de Bouchout.

Meise regroupe l'entité de Wolvertem depuis la fusion des communes de 1971.



On signale l'appellation de Wolvertem dès 1095 sous la forme de *Vulvrethem*, dans un acte de constitution de l'abbaye de Dielegem.
Wolvertem, malgré sa proximité avec Bruxelles, a su garder un caractère rural.

C'est le club AKTIVIA 130, les Cracks de Wolvertem, qui nous accueillera pour sa 25^e Crackstochten.

En mai, le car nous emmène à Masbourg ...

Masbourg (en wallon *Masbor*) est une section de la commune belge de Nassogne située en Région wallonne dans la province de Luxembourg. C'était une commune à part entière avant la fusion des communes de 1977.

Commune du département de Sambre-et-Meuse, elle fut transférée à la province de Luxembourg après 1839.

En 1823, fusionne avec Grupont, qui deviendra une commune autonome en 1858.



Ce sont les marcheurs de la Masblette qui nous accueilleront en leur local à l'occasion de leur marche des sentiers ardennais.

Cette marche est inscrite au Challenge des 5 Provinces dont nous vous parlerons dans une prochaine édition.

En juin, le car nous emmène à Ostende ...

Ostende (en néerlandais *Oostende*) est une ville et commune néerlandophone de Belgique située en Région flamande dans la province de Flandre occidentale.

Ostende est une ville portuaire et cosmopolite. Elle est surnommée la « reine des plages » ou la « ville la plus britannique » par les Anglais.



Au début, il y avait une île (Testerep) devant la côte flamande, et Ostende en était le village le plus oriental (*Oost* signifie *est* en néerlandais ; *ende* est une ancienne forme de *einde*, extrémité, fin). À l'autre extrémité, il y avait Westende. Entre les deux villages, il y avait Middelkerke ("middel" signifie "milieu" en néerlandais et "kerk" signifie "église", soit "église au milieu" des deux villages).

EN RESUME ...

6 avril

Départ : 7h30' Place de Ghlin et 7h45' Nimy
4 - 7 - 13 - 20 - 30 - 43 kms

Retour : +/- 19h30'

Date limite inscription : 30 mars

17 mai

Départ : 7h30' Place de Ghlin et 7h45' Nimy
6 - 12 - 20 - 42 kms

Retour : +/- 19h30'

Date limite inscription : 10 mai

29 juin

Départ : 7h30' Place de Ghlin et 7h45' Nimy
6 - 12 - 18 - 24 kms

Retour : +/- 19h30'

Date limite inscription : 22 juin



Pour participer à un voyage, une seule règle à respecter : **s'inscrire et payer à temps !**



- 1) Soit lors d'un déplacement : vous payez alors le car de votre prochain voyage
 - soit le jour même.
 - soit le plus rapidement possible sur le compte.
- 2) Soit
 - d'abord téléphoner à **Jean-Pierre** pour savoir s'il y a de la place.
 - et ensuite payer aussitôt sur le compte.
 - obligation de payer dans les délais pour pouvoir réserver son voyage.
 - attention : pas de réservation = pas de voyage !
 - soyez sympas : un empêchement ? Prévenez vite **Jean-Pierre**.
 - priorité d'abord aux Sans-Soucis, ensuite aux membres d'autres clubs.
 - pas de places réservées dans le car.

Participation : adultes et enfants de plus de 12 ans : 12€ - enfants de moins de 12 ans : 3€



Il est impératif de prévenir Jean-Pierre en cas d'empêchement.

A L'ALLER COMME AU RETOUR, SOYEZ PONCTUELS ! MERCI.

Jean-Pierre.

LES RANDONNEURS TRANSFRONTALIERS DU MERCREDI MATIN

Date Localité Lieu de départ Départ de Dour (parking Delhaize)

AVRIL

02	Taisnière s Hon F59570	Place Eglise	9h00
09	Angreau B 7387	Place	9h00
16	Mesvin B 7022	Place	8h45
23	Bonsecours B 7603	Maison de repos	8h45
30	Frasnoy F 59530	Place de la Mairie	8h45

MAI

07	Boussu centre B7300	Gare	9h00
14	Condé s Escaut F59613	Magasin Carrefour	8h45
21	Angre B 7387	Place Eglise	9h00
28	Baudour B 7331	Place Eglise	8h45

JUIN – DEBUT JUILLET

04	Bavay F59570	Porte de Valenciennes	9h00
11	Bernissart B7320	Préau	9h00
18	St Waast F 59570	Place Eglise	9h00
25 (1)	Dour B7370	Rue du Dérodé n° 7	9h00
02/07	Ghlin B 7011	Place Eglise	8h45
09/07	Stambruges B7973	Mer de sable	9h00

(1) Journée pique nique près de l'ancien charbonnage de Sauwartan à la clé du bois (vue de Dérodé)

- **Contacts** : Robert : 065/65.39.77
Claude 065/65.23.70
- **Notre site Internet** : <http://losin.skynetblogs.be/>
- **Sur la commune de Dour** : <http://www.communedour.be/site/Marche.html>
- **Participation aux frais** : 0,5 € par personne.



Calendrier des marches Avril 2008

Mercredi 2 avril	NA000	Comité Provincial de Namur I.M.P Remontjoie 5020 Malonne	12-6 km	14h-19h
Samedi 5 avril	HT033	Les Infatigables de Jumet Parc Communal 6031 Monceau S/Sbre	12 heures 20-15-10-7-3 km	7h en masse 08h-15h
	NA030	1000 Pattes de Philippeville C.A.R.P Rue de la Gendarmerie,38	30 km 21 km	07h-11h 07h-13h
		5600 Philippeville	12-6 km	07h-15h
	HT033	Les Infatigables de Jumet Parc Communal 6031 Monceau S/Sbre	20-15-10-7-3 km	08h14h
Dimanche 6 avril	NA030	1000 Pattes de Philippeville voir Samedi		
Mercredi 9 avril	NA058	Les Pandas de Jemeppe S/Sambre Salle Albert 5190 Ham-Sur-Sambre	15-10-5 km	14-19h
Samedi 12 avril	HT029	Les Sans-Soucis Ghlin Parc Communal 7331 Baudour	60-50 km 25-20-10-7 km	06h-09h 08h-15h
	NA059	Les Randonneurs de la Haute-Meuse Salle "Chez Nous" 5544 Agimont	30-20-12-6 km	07h-15h
	HT054	Vias Promeneurs Club Ruche Verrière 6042 Lodelinsart	12-6 km	14h-19h
Dimanche 13 avril	HT076	Marcheurs Van Gogh I.C.E.T Rue de l'Auflette,83 7033 Cuesmes	30 km 20 km	07h-13h 07h-14h30
		Visite Gratuite Maison Van gogh	12-6 km	07h15h
	NA052	Les Djales d'Anhée Complexe Sportif 5537 Anhée	30-22-12-6-4 km	07h-15h
Samedi 19 avril	NA009	Wallonia Namur Salle "Le Bienvenu" 5100 Wépion	50 km 35-22-14-7-4 km	07h-10h 07h-15h
	HT060	Le Roitelet Centre Culturel et Sportif	42 km 25 km	06h30-09h 08h-12h
		7950 Ladeuze (Chièvres)	12-6 km	08h-15h
Dimanche 20 avril	HT004	Les Amis de la Nature Ath Institut Agricole du Hainaut 7800 Ath	40-30-20-10-5 km	08h-15h
	HT038	Le Marabout Gilly Salle de l'Athénée 6060 Gilly	25-12-6 km	07h-14h
	NA009	Wallonia Namur Salle "Le Bienvenu" 5100 Wépion	35-22-14-7-4 km	07h-15h
Vendredi 25 avril	HT009	Les Traine-Savates de Montignies S/S Ecole Wasterlain 6061 Montignies S/Sbre	12-8-6-4 km	14h-17h
Samedi 26 avril	NA035	Les Kangourous de Falisolle Salle des Sœurs 5060 Falisolle	50-42 km 25-20-12-6-3 km	06h09h 07h-15h
	HT070	Marching Team St Gabriel Maurage Salle Rue de l'Agace Strépy-Bracquegnies	30-20-12-6 km	07h-14h
Dimanche 27 avril	HT063	Promusport Anderlues Mutualité Chrétienne 6150 Anderlues	21 km 12-7-4 km	07h-12h 07h-14h
	NA031	Les Hull'ottes Profondville Salle "La Têteche" 5170 Rivière	30-21-12-6 km	07h-14h

Déplacements en Car				
Dimanche 6 avril	AKT130	Wolvertem Inscription : Jean-Pierre Moreau	43-30-20-13-7-4 km 0476/78.61.86	Sans-Soucis 065/75.95.50



Calendrier des marches Mai 2008

Jeudi 1 mai	HT001	Les Sucriers de Brugelette Salle Omnisports 7940 Brugelette	30-20-12-6 km	07h-15h
Samedi 3 mai	HT006	Club Pédestre Ecureuil Chatelet Parc Communal 6200 Chatelet	50 km 25-20-13-7-4 km	07h-09h 07h-14h
	NA012	Les Pannards Winennois Salle du Richat F.08600 Fromelennes France	20-10-5 km	08h-14h
Dimanche 4 mai	HT006	Club Pédestre Ecureuil Chatelet Parc Communal 6200 Chatelet	20-13-7-4 km	07h-14h
Mercredi 7 mai	HT012	Le Coq d'Or Ecaussinois Maison du Peuple 7190 Ecaussinnes	21-12-6 km	14h-19h
Samedi 10 mai	NA016	Batteurs de Cuir Dinant Casino de Dinant 5500 dinant	55 km 20 km(+Bateau) 30-25 km 12-6 km	06h-09h 09h30 08h-10h 08-14h
		HT031 Les Tatanes Ailées Epinois Cercle "L'Union" 7134 Leval-Trahegnies	25-20-15-10-5 km	08h-14h
		HT080 Audax Tournai Marche Salle P.Carette 7548 Warchin-Tournai	42-30-20-12-6 km	08h-15h
		HT031 Les Tatanes Ailées Epinois Maison du Peuple 7190 Ecaussinnes	25-20-15-10-5 km	08h-14h
Dimanche 11 mai	NA034	Les Marcheurs du Samourai Salle Samourai 5140 sombrefe	20-12-6 km	08h-15h
	HT074	Liberchies Sports et Loisirs Salle Rue de Frasnes 6238 Liberchies	24-12-6-4 km	07h-15h
Lundi 12 mai	HT075	Mont-Marche Tournai Salle Paroissiale 7542 Mont-St-Aubert	35-29-22-13-8-5 km	07h-15h
	NA000	Comité Provincial de Namur Buvette Football Gesves 5340 Gesves	12-8-5 km	14h-19h
Samedi 17 mai	HT073	Les Marcheurs d'Imbrechies Salle Communale 6594 Beauwelz	30-21-14-10-5 km	07h-15h
Dimanche 18 mai	HT018	Marcheurs Val de Verne de Peruwelz Salle Comunale des Sports 7600 Peruwelz	30-20-12-7 km	07h-15h
	***	Challenge Interclubs	***	
Mercredi 21 mai	NA053	Les Crayas du Thiry Salle "Espoir et Fraternité" 5670 Nismes	30-21-12-6 km	07h-15h
	HT043	Les Ropieurs Mons Terrain Football F.C.Obourg 7034 Obourg	20-12-6 km	14h-19h
Samedi 24 mai	NA030	1000 Pattes de Phillippeville Salle Jean Ponsart Route de Florennes 5600 Franchimont	50-42 km 25 km 12-6 km	07h-09h 07h-12h 07h-15h
		HT026 Les Marcheurs Sonégiens Salle de la Paix 7060 Soignies	21-11-6 km	08h15h
		NA000 Comité Provincial de Namur Centre Sportif 5020 Flawinne	21-18-12-7-5 km	07h-15h
Samedi 31 mai	HT053	Les Agasses Charleroi Plaine de Jeux 6110 Montigny-Le-Tilleul	"10 heures" 25-12-6 km	07h masse 08h-14h

Déplacements en Car

Samedi 17 mai	Lux027	Masbourg Inscription: Jean-Pierre Moreau	42-20-12-6 km 0478/78.61.86	Sans-Soucis 065/75.95.50
---------------	--------	---	--------------------------------	-----------------------------



Calendrier des marches Juin 2008

Dimanche 1 juin	HT028	Les Marcheurs de la Sylle-Bassilly Ecole Communale 7830 Silly	30-20-12-6 km	07h-15h
	***	Challenge Interclubs	***	
	NA088	Les Bergeots Salle des Fêtes 5620 Corenne	30-21-12-6 km	
Mercredi 4 juin	NA036	Les Spirous de JemeppeS/Sambre Centre de Jour "La Mouche" 5640 St-Gérard	15-10-5 km	14h-18h
Samedi 7 juin	NA018	Les Marcheurs de l'Amitié La Bourguignonne 5024 Marche-les-Dames	50 km 42-21-12-6-4 km	06h-09h 06h-15h
	HT048	Les Roteus Waibiens Thuin Athenée Royal 6530 Thuin	42 km 30-20-12-6-4 km	06h30-09h 07h15h
Dimanche 8 juin	HT048	Les Roteus Waibiens Thuin Athenée Royal 6530 Thuin	20-12-6-4 km	07h-15h
	NA018	Les Marcheurs de l'Amitié La Bourguignonne 5024 Marche-les-Dames	21-12-6-4 km	07h-15h
Mardi 10 juin	NA001	Footing Club Fosses Salle Haut-Vent 5070 Fosses-La-Ville	20-15-10-6-4 km	10h-18h
Dimanche 15 juin	HT060	Le Roitelet Centre Culturel et Sportif 7950 Ladeuze	30 km 20-12-6 km	08h-12h 08h-15h
	***	Challenge Interclubs	***	
	NA026	Les Culs de Jatte du Mauge Maison des Jeunes 5360 Hamois	21-14-7 km	07h-15h
Samedi 21 juin	HT078	Les Amis de Maëlie Salle Polyvalente Rue Courrière 7181 Familleureux (Seneffe)	30 km 21 km 12-6 km	08h12h 08-13h 08h-15h
	HT054	Vias Promeneurs Club Ruche Verrière 6042 Lodelinsart	12-6 km	14h-19h
Dimanche 22 juin	HT000	Comité Provinvial du Hainaut Hall du Ceva 7800 Ath Marche Nationale	42-30-20-12-7-5 km	07h15h
Lundi 23 juin	HT031	Les Tatanes Ailées Epinois Cercle "L'Union" 7134 Leval-Trahegnies	15-10-5 km	08h-15h
Samedi 28 juin	HT023	Les Oursons en Balade Allée des Hêtres 7140 Morlanwelz	20-12-6 km	07h-15h
	NA036	Les Spirous de JemeppeS/Sambre Salle Communale de Balatre	21-12-6 km	08h-15h
Dimanche 29 juin	HT046	La Godasse Faytoise Salle Valère Motte 7170 La Hestre	20-10-5 km	08h-14h
	NA051	Les Godasses de Fraire Salle "La Silène" 5630 Silenriex	30-21-12-6-4 km	07h-15h

Déplacements en Car				
Dimanche 29 Juin	Ostende	6 - 12 - 18 - 24 km	Sans-Soucis	
	Inscription: Jean-Pierre Moreau	0478/78.61.86	065/75.95.50	



Calendrier des marches - Juillet 2008

Mercredi 2 juillet	NA029	Les Spitants de Namur Salle "La Renardière" 5100 Wépion	14-7-4 km	10-18h
Samedi 5 juillet	HT062	Club de Marche "Les Trouvères" Salle Wallemacq 7890 Ellezelles	50 km 25-14-7 km	07h-09h 07h30-15h
	***	Challenge Interclubs	***	
	NA012	Les Panards Winennois Salle "L'Aventura" 5570 Winenne	30-20-12-6 km	07h-14h
Dimanche 6 juillet	HT072	Footing Club Ostiches Football Club 7804 Ostiches	42-30-20-12-7-5 km	07h-15h
	***	Challenge Interclubs	***	
	NA012	Les Panards Winennois Salle "L'Aventura" 5570 Winenne	20-12-6-4 km	08h-14h
Mardi 8 juillet	NA058	Les Pandas de Jemeppe Sur Sambre Salle Communale 5190 Balâtre	15-10-5 km	14h-19h
Samedi 12 juillet	HT014	Marcheurs de la Police de Jumeat A54 Sortie 21 ou 22 6230 Viesville	70 km 50 km 25-15-20-14-7 km	05h30-07h 05h30-09h 07h-15h
Dimanche 13 juillet	HT011	Les Marcheurs du XII de Marcinelle Salle Saint-Martin 6110 Montigny-le-Tilleul	20 km 10-5 km	07h-13h 07h-15h
Jeudi 17 juillet	NA016	Batteurs de Cuir Dinant Ferme "Au Centre du Village" 5560 Hulsonniaux	21-12-6 km	10h-18h
Vendredi 18 juillet	HT025	Les Marcheurs de la Police de Binche Salle du Kursaal 7130 Binche	100 km	21h En masse
Samedi 19 juillet	HT025	Les Marcheurs de la Police de Binche Salle du Kursaal 7130 Binche	25 km 12-6-4 km	06h-11h 07h14h
	NA040	Les Castors de Comognes de Vedrin Château de Franc-Warêt 5380 Franc-Warêt	42-30-20-12-6 km	07h-15h
Dimanche 20 juillet	HT065	Les Aigles de Bellecourt Salle "La Bergerie" 7170 La Hestre	25-12-5 km	08h-15h
	NA057	Altitude 505 Gedinne Salle Tannerie 5575 Gedinne	28-20-12-6 km	07h30-15h
Lundi 21 juillet	HT069	Les Randonneurs du Haut-Escaut Salle "Le Disco" 7640 Péronnes-lez-Antoing	25-17-12-7-4 km	07h-15h
	NA056	La Caracole Andennaise Salle Polyvalente Site Godin 5300 Andenne	42-21-12-6 km	07h-15h
Samedi 26 juillet	HT031	Les Tatanes Ailées Epinois Cercle "L'Union" 7134 Leval-Trahegnies	50 km 20-10-5 km	06h-09h 07h-15h
	NA050	Les Diables Rouges Salle "Les Echos du Viroin" 5670 Vervies/Viroin	30-20-10-5 km	08h-14h
Dimanche 27 juillet	HT009	Les Trainee-Savates de Montignies S/Sbre Salle de Fêtes 6280 Gerpinnes	21-12-6-4 km	08h-14h
	NA035	Les Kangourous de Falisolle Salle "Notre Maison" 5560 Houyet	42-30-21-12-8-4 km	07h-15h

Les déplacements en car des Clubs de l'entité montoise ...

Date	Club	Lieu	Club visité	Distances
Dimanche 27 avril	HT061	BLANKENBERGE - IML de Blankenberge	AKT 134 - Tweedaagse van Blankenberge	6 - 12 - 24 - 42 km
Dimanche 04 mai	HT061	WISSANT (F) - Rand'Opale 2008	FFRP - Randonneurs de la Côte d'Opale	8 - 15 - 25 - 32 - 40 km
Dimanche 1er juin	HT043	SILLY - 30ème Marche de la Sylle	HT 028 - Marcheurs de la Sylle - Bassilly	6 - 12 - 20 - 30 km
(Un car - 2 marches)	++	BIERGES - 21ème Marche du MACA	BBW 031 - Road Runners Wavre	6 - 12 - 21 km
Dimanche 08 juin	HT061	MARCHE les DAMES - Balade de l'amitié	NA 018 - Marcheurs de l'amitié Landenne	4 - 6 - 12 - 21 km

Renseignements et inscriptions

HT 061	Police de Mons	Eliane BLAIRON	0478.36.51.58
HT 043	Ropieurs	Roger CAMBIER	0496.79.26.14 ou 065.31.90.13



Compte-rendu de ...

Les prochaines réunions de Comité se tiendront en nos locaux habituels à Ghlin et auront lieu le 4 avril, le 9 mai et le 6 juin à 19h30.

Sur demande, auprès d'un Membre du Comité, vous pouvez assister à ces réunions.

La réunion de Comité du mois de janvier ...

Après les fêtes, le Comité se retrouve avec plaisir et se remet au travail : préparation de notre assemblée générale et de notre marche de février. Jean-Claude détaille la situation financière du Club.

L'assemblée générale du mois de janvier ...

75 personnes sont présentes dans nos locaux habituels pour ce premier contact officiel entre le Comité et les Membres du Club.

Après son mot de bienvenue, Jean nous rappelle les bons moments de l'année écoulée et nous présente ce que 2008 nous réservera. Notre 35^e anniversaire a déjà été évoqué avec la possibilité de refaire un 100 km. Jean-Claude prend la parole pour donner un aperçu détaillé de la santé financière du Club. Jean-Pierre aura un mot à propos des cars en insistant sur la nécessité de s'inscrire correctement et dans les délais. Christian invite déjà les personnes à faire des propositions pour les modifications aux statuts et à se présenter pour les prochaines élections.

Pour conclure, Jean donne la parole aux Membres qui ont alors l'occasion de s'exprimer sur des sujets divers : vous souhaiteriez revenir parfois un peu plus tard lors de nos voyages en car tout en prévoyant une petite excursion avant de repartir, il vous semble impératif de se montrer un peu plus dans la presse écrite ... et la possibilité de refaire, 25 ans plus tard, un Ghlin-Plombières à pied !

Ensuite, c'est le souper aux fromages dans une ambiance très décontractée. Une chouette initiative à renouveler de l'avis de tous.

La réunion de Comité du mois de février ...

Le Comité accueille avec plaisir le renfort de Sabrina qui officiera en qualité de Relations Publiques hors Comité. Ensuite, c'est essentiellement la préparation de notre marche de février qui nous occupera en grande partie. Pour terminer, on évoque divers sujets dont l'augmentation des prix des cars et la *mise en chantier* de Ghlin-Plombières.

La réunion de Comité du mois de mars ...

Après que chacun aie donné son point de vue sur la marche de février, déjà, on prépare activement la marche d'avril et on évoque notre journée de l'amitié qui se tiendra, cette fois, à Ghlin. A regret, on décide, vu l'augmentation des prix, d'augmenter la participation des frais aux cars. Patrick propose, dans un souci de respect de la nature, de procéder au tri des déchets lors de nos marches. Proposition rejetée et d'où s'en suit une discussion sur le prix des périodiques qu'il est décidé de rendre moins cher en diminuant la taille des lettres et en compressant légèrement les articles.

La réunion de l'A.C.H.O. du mois de janvier ...

Avant de démarrer la réunion, Roger explique sa situation au sein de son Club suite aux courriers qui ont circulés ses derniers temps. Chacun apporte ensuite son avis sur la marche de l'ACHO avant d'entendre le rapport des vérificateurs aux comptes qui s'avèrent être tenu de façon correcte.

On évoque déjà le cadeau qui sera remis à l'issue de l'année 2009 pour les marcheurs qui réussiront le Challenge et une discussion porte sur la meilleure façon d'éviter les abus dans l'apposition des cachets sur les cartes de participation.

La réunion provinciale à Lodelinsart, au mois de mars ...

Je tiens d'abord à remercier Roger Cambier, des Ropieurs, pour son amabilité (covoiturage).

Après son mot de bienvenue, Francis Brésart, Président du Comité Provincial, nous présente la réunion qui aura lieu la semaine suivante à Wépion. Il laisse ensuite la parole à Michel Cornilly qui nous explique la nécessité d'accorder notre confiance à certains points des votes qui seront soumis lors de cette réunion. Bruno Viale, responsable assurances, insiste sur les points habituels : bien remplir sa carte, bien remplir les documents ... Francis Nemann, responsable de la promotion de la marche, prend la parole pour nous présenter son projet.

La responsable calendrier prend enfin la parole et s'en suit alors l'énumération des différentes dates proposées par les clubs pour le calendrier 2009 avant la clôture de la réunion non sans avoir fait une pause lors de cette longue énumération.

L'assemblée générale à Wépion, au mois de mars ...

Je tiens à remercier Mireille et Michel (dit ' les Mimiches ') pour leur gentillesse (covoiturage).

Après son mot de bienvenue et divers remerciements, Joseph Derclaye, Président de la F.F.B.M.P., évoque les grands projets de la fédération avant de laisser la parole aux différents responsables.

On procède ensuite à la présentation des membres à élire avant de permettre à chacun de donner son avis par bulletin secret. Durant le dépouillement, les différents responsables poursuivent la lecture de leur rapport. Viens ensuite la remise des distinctions. Francis Brésart prend la parole pour présenter la marche nationale qui se tiendra à Ath.

Avant de conclure, le Président de la F.F.B.M.P. laisse la parole au Vice-président de l'I.V.V.

PERDU – RETROUVE 7

Le positionnement sur une carte (1)

Comment définir avec précision "un endroit" – c'est-à-dire la position d'un point particulier sur la terre ? Comment utiliser une carte pour définir ou retrouver un endroit précis ? Un peu de théorie simplifiée sur la géodésie (étude de la forme de la terre) et la cartographie (représentation précise des détails).

Forme de la terre

La terre est approximativement une grosse sphère qui tourne (chaque jour) sur elle-même dans l'espace. Ce mouvement de rotation s'effectue autour d'un axe passant par les deux "pôles" : le pôle "Sud" et le pôle "Nord".

(NB : la terre tourne également autour du soleil en un an)

Cette sphère est légèrement aplatie aux pôles Nord et Sud – en fait elle est « ventrue », dilatée en réalité à l'équateur du fait des forces centrifuges. Pour rester simple, nous considérerons ici la terre comme sphérique.



Les cercles remarquables sur la terre.

Si on voit l'axe de rotation de la terre vertical, avec le pôle Nord « en haut », on peut *imaginer* tracer sur la surface terrestre deux types de cercles : des cercles horizontaux et des cercles verticaux.

Les cercles de latitude : les parallèles et l'équateur, la latitude

Les cercles « horizontaux » découpent virtuellement la terre en tranches horizontales.

Près des pôles ils sont petits, voire minuscules. A mi-hauteur entre les pôles se trouve le plus grand des cercles horizontaux que l'on puisse tracer. Ce cercle s'appelle l'équateur. Il divise virtuellement la terre en deux parties : l'hémisphère Nord et l'hémisphère Sud.

Les cercles horizontaux sont appelés les "parallèles" : ils ne se croisent nulle part, ils restent partout à distance constante de leur voisin ... ils sont parallèles entre eux. Les parallèles sont orientés Est-West. Ils nous donnent les directions est (E) et ouest (W) : l'est est vers la droite, l'ouest est vers la gauche.

On peut imaginer tracer un réseau de cercles très serrés, très précis. En fait par chaque point de la terre, on peut « faire passer » un cercle horizontal : c'est « le parallèle du lieu ». Si on dit sur quel « parallèle » on se trouve, on sait déjà à quelle "hauteur" on se trouve par rapport à l'équateur.

Cette « hauteur » d'un lieu par rapport à l'équateur est la latitude de ce lieu. Comme on évolue sur une sphère, il est plus naturel (pour les mathématiciens et pour les grands navigateurs) d'exprimer cette « hauteur » en degrés plutôt qu'en kilomètres.

Les grands cercles polaires : les méridiens

Les méridiens sont des cercles tracés de manière à passer par les deux pôles « diamétralement opposés » de la terre. Tous ces cercles méridiens ont leur centre au centre de la terre, et ils ont pour diamètre la distance entre les deux pôles. Ce sont tous des "grands cercles".

Ils découpent virtuellement la terre en fins « quartiers ».

On peut imaginer que l'on trace un réseau de méridiens très serrés. En fait, par Chaque point de la terre, on peut « faire passer » un méridien : c'est le méridien du lieu.



Les méridiens sont orientés nord-sud : le haut vers le Nord, le bas vers le Sud. **Un méridien nous donne donc automatiquement la direction du Nord**, car ce cercle va directement vers le pôle Nord !

Contrairement aux cercles horizontaux qui sont parallèles entre eux, les cercles méridiens se croisent tous aux deux pôles, et ailleurs, on note qu'ils « convergent » l'un vers l'autre. Cette convergence est faible près de l'équateur et maximale près des pôles. Internationalement, on a choisi un méridien d'origine pour ce réseau : c'est le « méridien de Greenwich » c'est-à-dire celui qui passe par l'observatoire astronomique de Greenwich en Angleterre. L'écart « latéral » – vers la gauche ou vers la droite – par rapport au méridien de Greenwich s'appelle la longitude. Traditionnellement cet écart s'exprime lui aussi en degrés.

Forme des parallèles et des méridiens sur une carte

Les cartographes s'efforcent de représenter au mieux la surface sphérique de la terre sur une surface plane (la feuille de papier, la carte). Il n'est pas possible d'obtenir une conformité parfaite, une sphère ne peut pas s'aplatir sans déchirures ou déformation ! Les cercles tracés virtuellement à la surface de la terre seront déformés quand on les reportera sur une feuille de papier plane !

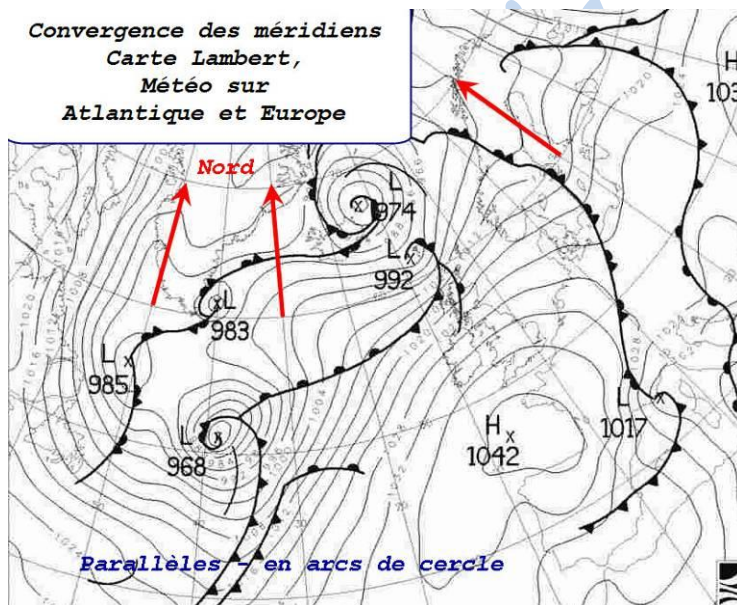
Pour construire leurs cartes, et dessiner sur celles-ci un réseau de méridiens et de parallèles, les cartographes utilisent donc différentes méthodes, appropriés aux régions cartographiées.

Les cartes « Lambert » sont utilisées pour les latitudes « moyennes ». Les parallèles sont des arcs de cercles, les méridiens sont des droites convergentes perpendiculaires aux parallèles.

Direction du Nord

Sur les Cartes « Lambert » : la direction du nord varie d'un point à l'autre de la carte. Les méridiens sont également « convergents ». Il faut y prêter attention quand on examine des cartes couvrant de grandes étendues.

Parfois, une « petite » carte est en réalité extraite d'un plus grande carte sans avoir été adaptée : dès lors, le haut de la carte ne correspond plus du tout à la direction du nord géographique. Cependant, sur toutes les cartes usuelles, les tracés des méridiens sont toujours perpendiculaires aux tracés des parallèles – car les cartes sont « calculées » pour conserver les angles !



Pour connaître avec certitude le nord d'une carte, il faut toujours se référer à un méridien (direction Nord/Sud) ou à un parallèle (direction Est/Ouest).

Les coordonnées traditionnelles : latitude l et longitude L.

Le système de référence Traditionnel

Les mesures sont angulaires et se font par rapport à deux grands cercles particuliers tracés virtuellement sur la surface du globe :

- L'équateur, à partir duquel on mesurera la « hauteur » d'un lieu
- Le méridien de Greenwich, à partir duquel on mesurera l'éloignement latéral d'un lieu

Ces deux cercles se coupent perpendiculairement en un point origine dans l'Océan Atlantique.

Attention ! Nos amis français ont conservé la fâcheuse habitude de considérer Paris comme le centre du monde ! Et de faire honneur au système décimal. Donc, sur certaines cartes françaises, on voit parfois des coordonnées exprimées en « Grades » et non en degrés (un angle droit = 100 Grades) et des longitudes mesurées depuis le méridien de Paris ... Cf. « Le trésor de Rackham le Rouge » !

La latitude

Elle mesure l'écart angulaire d'un lieu par rapport à l'équateur.

Les lieux situés au dessus de l'équateur auront une latitude comprise entre 0 et 90 ° Nord (zéro à l'équateur, et 90°N au pôle Nord). On peut facilement obtenir cette latitude en mesurant la hauteur angulaire de l'étoile polaire au dessus de l'horizon. Les lieux situés en dessous de l'équateur auront une latitude comprise entre 0 et 90° Sud (90°S au pôle Sud). Dans l'hémisphère sud, il faut des méthodes astronomiques plus complexes pour déterminer la latitude : il n'y a pas d'étoile bien visible située précisément dans l'axe des pôles, en direction du sud.

Un degré de latitude vaut toujours 111 km. (Soit 40.000km / 360). Dans les « formules » de navigation, les latitudes « Sud » sont « négatives »

La Longitude

Elle mesure l'écartement angulaire d'un lieu par rapport au méridien de Greenwich.

Un lieu situé sur le méridien de Greenwich (en fait sur le demi-cercle passant par les pôles et par Greenwich) a pour longitude $L = 0$. Un point situé de l'autre côté de la terre, juste à l'opposé de Greenwich aura pour longitude $L = 180^\circ$

Les lieux situés à droite de Greenwich auront une longitude L comprise entre 0 et 180° EST (Europe centrale, Asie ...), tandis que les lieux situés à gauche de Greenwich auront une longitude L comprise entre 0 et 180° WEST (ouest : les Amériques). Dans les formules de navigation utilisées par les marins, le plus souvent sur l'océan Atlantique, les longitudes « West » reçoivent le signe « + » et les longitudes « Est » reçoivent le signe moins ! Mais nous préférons toujours dire spécifier "Est" ou bien "West".

La longitude d'un lieu est donc donnée par l'écart angulaire entre le méridien de ce lieu et le méridien de Greenwich. Comme les cercles méridiens se resserrent vers les pôles, à écart angulaire constant, l'éloignement en km par rapport au méridien de Greenwich sera plus important à l'équateur qu'aux environs du cercle arctique.

A l'équateur, un degré de longitude correspond à un écartement de 111 km. Il vaut encore environ 100 km sous les tropiques, mais il ne vaut plus que 50 km le long des cercles polaires.

Notations

Traditionnellement donc, une position sur la surface terrestre est définie par ses "coordonnées" géographiques lat. /Long – dans cet ordre là ! Traditionnellement toujours, les angles sont exprimés en degrés, minutes et secondes « DMS ».

Voici les coordonnées du Beffroi de Mons : **50° 27' 15" N 3° 56' 55" E**

Remarque : le long d'un méridien ... :

$1^\circ \Rightarrow 111$ km

$1' = 1852$ m

= 1 mille nautique

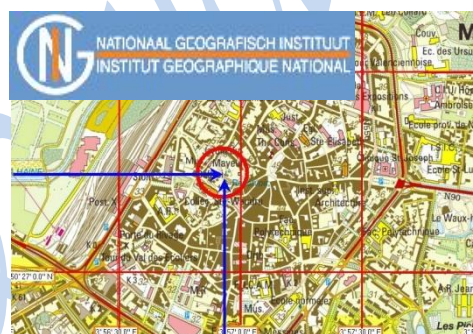
$1'' = 31$ mètres

= 101 pieds.

A noter ... la précision à la seconde n'est pas suffisante pour les applications utilisant le GPS !

On peut aussi, pour simplifier les calculs, utiliser des degrés « décimaux » :


$3^\circ 56' 55'' \Rightarrow 3,94861^\circ$



© IGN/NG

Marcel Dufour.

Joyeux anniversaire à ...

AVRIL 	
Eliane Champenois	4
Nino Costanzo	5
Monique Brine	6
Rosa Depraetere	7
Brigitte Barbier	8
Frans Caucheteur	9
Pascaline Zaupa	18
Christian Gérard	19
Marie-P. Vandevoorde	19
Marcel Pilatte	20
Jean Nisol	21
Monique Delbauve	28
Alfred Warthold	28
Josiane Lerat	29

MAI 	
Loan Chaineux	1
Sabrina Harvengt	1
Nathalie Gondry	1
Francine Mambourg	3
Françoise Brouyère	4
Brigitte Prévost	5
Salvatore Mazzéo	6
Claire Moreau	6
Julien Defreyne	8
Isabelle Bothuyne	8
Michèle Bogaert	9
Luc Carlier	11
Nicolle Cottin	16
Angelo Matteazzi	17
Claudine Descamps	19
Pierre Campion	20
Jean-Paul Dequévy	22
André Cornez	22
Jacques Danvin	23
René Jouret	24
Chantal Lesage	25
Jeannine Lerat	26
Michel Fissieaux	28
Emanuela Cursio	29

JUIN 	
Geneviève Kos	1
Bernard Mauroit	2
Guido Brusselaers	3
Fiorigia Giodano	3
Kylian Joly	3
Michelle Huylebroek	4
Mathilde Boulanger	5
Jean-Louis Ansart	6
André Maschietto	9
Jean Biebuyck	11
Freddy Rinchon	12
Anne Dideberg	13
Roger Balcaen	16
Samir Hajhouj	18
Christelle Themont	19
Josiane Lévêque	20
Mireille Santus	21
Guillaume Caucheteux	21
Jacqueline Lhoir	22
Annie Tilmant	22
Enzo Caufriez	24
Jean-Luc Nef	26
Anaïs Detourbe	27

Les Sans-Soucis Ghlin



26^{ème} Marche du Printemps
Samedi 12 avril 2008



5 - 7 - 15 - 25 - 50 - 60

HT029



26^{de} Lentetocht
Zaterdag 12 april 2008

Lieu de départ et d'arrivée : Parc Communal - 7331 Baudour	
Le parcours est tracé dans sa plus grande partie dans le Bois de Baudour et la forêt domaniale de Stambruges. Principales curiosités: le golf de Baudour, le moulin à papier, la mer de sable, la chapelle de l'Erconpuch (arbre à clous), la fontaine bouillonnante, le château de Beloeil (50/60 km).	
Accès : Autoroute E19 : Bruxelles - Paris Sortie n° 25 : direction Tertre Fléchage « Marche ».	
Heures de départ : 5 - 7 - 15 km de 08:00 à 15:00 25 km de 08:00 à 13:00 50 km de 07:00 à 09:00 60 km de 06:00 à 09:00	
Heures d'arrivée : au plus tard à 19:00	
Permanence FFBMP / IVV de 09:00 à 19:00	
Frais d'inscription : Estampille 0,75 € et badge 3,80 €	



Start en aankomstplaats : Parc Communal - 7331 Baudour	
Het traject volgt grotendeels de Bossen van Baudour en Stambruges. Voornaaste bezienswaardigheden: het golfterrein van Baudour, de papiermolen, zandgroeven, de kapel van Erconpuch (boom met nagels), de kokende fontein en het kasteel van Beloeil (50/60 km).	
Te bereiken : Autoweg E19 : Brussel - Parijs Uitrit nr 25 : richting Tertre Pijlen « Marche » volgen.	
Starturen : 5 - 7 - 15 km van 08:00 tot 15:00 25 km van 08:00 tot 13:00 50 km van 07:00 tot 09:00 60 km van 06:00 tot 09:00	
Aankomsturen : ten laatste om 19:00	
Permanentie FFBMP / IVV van 09:00 tot 19:00	
Inschrijvingskosten : Afstempeling 0,75 € en badge 3,80 €	

Organisateurs responsables / Verantwoordelijke organisatoren :			
Président / Voorzitter :	0477 510254	Jean Primosis - Rue Dehon 2 - 7011 Ghlin	
Vice-président / Vice-Voorz. :	0477 869519	Paul Campion - Cité Georges Cornez 52 - 7340 Wasmes	
Responsable parcours :	0475 540117	Pascal Urbain - Rue Delporte 21 - 7350 Thulin	
Inlichtingen (NL) :	068 280053	Rik Claeys - Rue Willaufosse - 7812 Ath	
Web :	http://users.skynet.be/sans.soucis		E-mail: sans.soucis@skynet.be

Cette marche est placée sous le patronage de la Fédération Francophone Belge des Marches Populaires (FFBMP) et de la Fédération Internationale des Sports Populaires (FISP) ou Internationaler Volkssportverband (IVV).	
La marche aura lieu quelles que soient les conditions atmosphériques. Le Club est assuré en responsabilité civile.	
Buvette et restauration à prix modique. Vaste parking assuré. Récompenses aux groupes les plus nombreux.	
L'inscription à la marche vaut certificat de bonne santé.	

Deze wandeltocht staat onder de bescherming van de Fédération Francophone Belge des Marches Populaires (FFBMP) en van de Fédération Internationale des Sports Populaires (FISP) of Internationaler Volkssportverband (IVV).	
De wandeltocht zal onder eender welke weeromstandigheden doorgaan. De Club is verzekerd voor burgerlijke aansprakelijkheid.	
Spijzen en dranken aan democratische prijzen. Parking verzekerd. Bekers aan de meeste vertegenwoordigde groepen.	
De inschrijving aan de wandeling is een certificaat van goede gezondheid.	

Ne pas jeter sur la voie publique s.v.p.

Niet op de openbare weg werpen a.u.b.

N° d'agrément : 2008/256/HT029