

Belgique-België
P.P.
7000 MONS
5/955



HT029

PERIODIQUE TRIMESTRIEL

3

Juillet
Août
Septembre

2011

Bureau de dépôt
La Poste MONS Place Louise
Rue Léopold II, 1 - 7000 Mons

Numéro d'agrément : P304133

LES
SANS
SOUCIS
GHLIN



Editeur Responsable :

Jean Primosig
Rue Marcel Dehon, 2
7011 GHLIN



Photos de couverture :
Jean-Claude Havaux



ORGANIGRAMME 2011 - HT029



Président	Jean PRIMOSIG	Rue Dehon, 2 7011 GHLIN Phone + fax: 065 31.81.31 GSM: 0477 51.02.54
Vice-Président	Paul CAMPION paul.campion@skynet.be	Cité G. Cornez, 52 7340 WASMES Phone: 065 67.63.50 GSM: 0477 86.95.19
Secrétaire Correspondant Club	Christian LEPORCQ ch.leporcq@gmail.com	Rue de la Liberté, 5 7390 QUAREGNON Phone: 065 78.12.05 GSM: 0498 22.99.77
Trésorier	Jean-Claude FIEVEZ jean-claude.fievez@skynet.be	Rue Fleurichamps, 55 7370 DOUR Phone: 065 65.53.57
Trésorier adjoint Responsable Matériel	Emile LERMUSIEAUX -	Rue de la Culture, 19 7011 GHLIN Phone: 065 36.42.06 GSM: 0498 42.44.35
Responsable Assurances	Joseph DURIEUX durieux.joseph@yahoo.fr	Rue du Temple, 37 7011 GHLIN Phone: 065 33.68.56
Responsable Assurances Adjointe	Huguette JENART huguette.sanssoucis@hotmail.com	Rue des Moineaux, 6 7011 GHLIN GSM: 0473 78.14.95
Relations Publiques	Sabrina HARVENGT sabharvengt@hotmail.com	Rue Hanotte, 30 7390 WASMUEL GSM: 0478 47.32.16
Responsable Cars	Jean-Pierre MOREAU jpmo46@hotmail.com	Clos de la Verte Colline, 32 7080 LA BOUVERIE Phone: 065 75.95.50 GSM: 0478 78.61.86
Responsable Salles, Animation, Tombolas et Carnets de Marches	Philippe ANTHOON phil.anthoon@gmail.com	Rue d'Ath, 37 7321 BLATON GSM: 0497 20.76.21 ou 0497 76.06.87
Responsable Cuisine	Bianca MURRU efiolai@hotmail.com	Avenue Maréchal Foch, 862 7012 JEMAPPES Phone: 065 88.64.13
Responsable Contrôles	Frans CAUCHETEUR	Rue de Boussu, 114 7370 DOUR GSM: 0472 71.74.47
Responsable Vêtements et Périodique	Huguette JENART huguette.sanssoucis@hotmail.com	Rue des Moineaux, 6 7011 Ghlin GSM: 0473 78.14.95
Responsable Bar	Jean-Paul DEQUEVY	Rue des Mineurs, 10 7390 QUAREGNON GSM: 0494 30.14.54
*** HORS COMITE ***		
Site Web et circuits	Pascal URBAIN Sans.soucis@skynet.be	Rue Delporte, 21 7350 THULIN Phone: 065/65.28.90 // GSM: 0475/54.01.17
	Efisio LAI efiolai@hotmail.com	Avenue Maréchal Foch, 862 7012 JEMAPPES Phone: 065/88.64.13
Présidente d'Honneur	Francine CRUVEILLER	Echevine de la Mobilité et de la Jeunesse à Mons
<u>Compte bancaire</u>	IBAN: BE32795579120402 BIC: GKCCBEBB Les Sans Soucis 7370 Dour	<u>Veuillez communiquer tout changement d'adresse au Trésorier ou à un membre du Comité.</u>

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

Le mot du président ...

Juin 2011.



Chers amis,

Le mois de juillet approche à grands pas ! Fini l'école et le travail ! Vive les vacances ! Certains opteront pour les plages ensoleillées, d'autres pour la montagne, e tutti quanti. Après une dure année de travail, nous avons tous besoin de décompresser un peu. Si vous partez en voiture, il est indéniable que la prudence s'impose sur les routes. Revenez-nous en pleine forme pour sillonner à nouveau nos belles régions sur les sentiers de la marche !

Quant à moi, j'attends le mois d'août avec grande impatience ! Je suis très heureux d'accompagner mes amis des « Sans Soucis » à Nedde, village splendide situé dans le Limousin. Sept jours de marche ensemble, n'est-ce-pas merveilleux ?

J'espère de tout cœur qu'Evelyne et Christian nous ont concocté des moments inoubliables ! Je n'en doute pas car ce sont des organisateurs « hors pair ».

Le souper que nous organisons chaque année au mois de novembre figure déjà dans le périodique. Le comité et moi-même, espérons que le menu proposé vous agréera.

N'oubliez pas de noter dans votre agenda notre marche automnale qui se déroulera à Baudour en Octobre. Comme de coutume, je compte sur votre précieuse aide.

Pour terminer, je souhaite un prompt rétablissement aux personnes qui ont connu des problèmes de santé durant ces derniers mois ! J'espère les revoir très bientôt sur les sentiers.

Je vous souhaite à toutes et à tous d'excellentes vacances.

A bientôt sur les parcours!

Votre dévoué,

Jean.



Félicitations Annie !



Nous avons le grand plaisir de vous annoncer que notre amie **Annie Tilmant**, marcheuse de longue distance, a franchi le cap des 65.000 km, le 07/02/2011 à GULPEN (PAYS-BAS), lors de l'avant dernière manche de l'Euregio Marching Trophy.

Le comité et tous les membres des Sans-Soucis la félicitent de tout cœur et lui souhaitent de parcourir encore de nombreux kilomètres !



Le mot du trésorier ...



Chers amis,

Au moment où je vous écris ces lignes (lundi 13 juin à 16 heures), les Sans Soucis comptent 337 membres dont 8 sympathisants. **Un record**, c'est la première fois, je crois, que nous dépassons la barre des 300. Voici la statistique 2011 par tranche d'âge et sexe :

Tranches d'âges	Hommes	Femmes	Total	% 2011	Rappel % 2010
moins de 10 ans	22	9	31	9%	7%
10 à 20 ans	13	12	25	7%	10%
21 à 30 ans	1	1	2	1%	0%
31 à 40 ans	7	18	25	7%	6%
41 à 50 ans	17	16	33	10%	11%
51 à 60 ans	44	50	94	28%	28%
61 à 70 ans	44	47	91	27%	29%
plus de 70 ans	15	21	36	11%	9%
Totaux	163	174	337	100%	100%
Age moyen	48 ans	52 ans	50 ans		

Que retenir de tous ces chiffres ? Pour comparaison, j'ai ajouté une colonne avec les % 2010 pour rappel (voir le périodique d'octobre 2010). Pratiquement, rien n'a changé : la moyenne d'âge est toujours aussi élevée puisque 66% de nos membres ont plus de 50 ans. Les nouveaux membres venus nous rejoindre cette année se retrouvent pratiquement tous dans les tranches d'âge de plus de 50 ans. Je réitère donc mon appel de l'an dernier : **Allez les Jeunes, réveillez-vous !**

Les plus jeunes membres : Esteban Gérard (3 ans le 1^{er} juillet), pour les garçons, et Neela Namur (1 an et demi), pour les filles.

Les plus âgés : 3 femmes et 2 hommes, tous ayant 80 printemps et plus ...

Je termine en vous donnant rendez-vous le 12 novembre prochain pour notre souper annuel.... Contrairement à ce que le Président vous annonce dans son éditorial, je ne suis pas en mesure de vous dévoiler le menu, le traiteur n'ayant pas encore répondu à notre demande au moment où j'écris ces lignes.

Jean-Claude

AVIS DE RECHERCHE

Perdu par une dame lors de notre voyage en car à Knokke, un **papillon chatouilleur**.

Bonne récompense à toute personne qui le retrouvera et le restituera par l'intermédiaire d'un membre du Comité.

Le journal du club en pdf

Téléchargez le journal du club. Les infos détaillées sur nos activités passées ou futures, sur l'inscription au club...

Télécharger

Un petit geste pour la Terre, et pour la trésorerie des Sans-Soucis :

Vous pouvez demander à recevoir par e-mail la version pdf (en couleurs) de notre périodique dès sa parution. Pour cela, il vous suffit d'envoyer un e-mail à paul.campion@skynet.be. Cette version pdf vous permet également de profiter des hyperliens qu'elle contient. En vous inscrivant à notre « distribution list », vous recevrez également les périodiques de nos clubs amis et une foule d'autres renseignements concernant votre passe-temps favori.

La version pdf du dernier périodique paru peut également être téléchargée à partir de notre site web : <http://users.skynet.be/sans.soucis/>

Paul.

REGLEMENT POUR L'ATTRIBUTION DES BONS RISTOURNES



REVISION N° 2 AU 1^{er} JANVIER 2011

(Les modifications sont reprises en caractères gras)

Chaque année, le club des Sans Soucis redistribue une partie importante de ses bénéfices à ses membres. Cette redistribution se fait en fonction des participations aux marches fédérales de l'année écoulée. La présente révision du règlement est applicable pour les marches effectuées à partir du 1^{er} janvier 2011.

Attributions des points:

1. Les points sont attribués par année (du 1^{er} janvier au 31 décembre).
2. **Pour les marches IVV - FFBMP/VGDS/VWF, chaque marcheur recevra un point par kilomètre parcouru avec un minimum de 10 points par marche.**
3. **Pour les marches ADEPS et des marcheurs transfrontaliers du mercredi, chaque marcheur recevra un demi-point par kilomètre parcouru avec un minimum de 5 points par marche**
4. Les activités de préparation d'une marche des Sans Soucis (fléchage, défléchage, repérage et prologue) seront également prises en compte. Pour être valides, ces activités devront être inscrites dans le carnet de marche et approuvées par un membre du comité au moyen du cachet du club.

Relevé des points:

1. Les points d'une année de marche seront relevés entre le 1^{er} janvier de l'année considérée et le 31 mars de l'année suivante. Pour cela, le marcheur remettra au responsable des carnets de marche les carnets, complets ou incomplets, relatifs à l'année concernée.
2. Pour recevoir des points, le marcheur doit être membre du club au moment de la remise de ses carnets et en avoir été membre au moment où les marches à comptabiliser ont eu lieu.
3. Après vérification des carnets, le responsable remettra au marcheur des bons pour la valeur en points des kilomètres parcourus. Il tiendra à jour la liste des bons distribués.
4. Après le 31 mars, le responsable des carnets remettra au comité une liste définitive reprenant le nom et le total de points attribués à chaque marcheur.
5. Sur base de la liste du responsable, le comité calculera le nombre total de points distribués aux marcheurs.

Détermination de la valeur du point:

1. Entre le 1^{er} janvier et le 31 mars, le Trésorier présentera au comité le bilan de l'année écoulée.
2. Sur base de ce bilan, le comité décidera par vote de l'usage du bénéfice réalisé: dépenses extraordinaires, achat de matériel et budget alloué au remboursement des points. Ce budget "points" sera bloqué par le Trésorier jusqu'au 31 mai de l'année suivante.
3. Par simple division du budget "points" par le total des points distribués, la valeur du point sera connue¹. Cette valeur et les éléments de son calcul seront publiés dans le périodique du club paraissant début avril.

Utilisation des bons.

1. Une fois la valeur du point connue, le bon peut être complété afin de calculer sa valeur exacte.
2. Les bons sont échangeables à partir de la publication de la valeur du point dans le périodique et jusqu'au 31 mai de l'année suivante.

Les bons seront utilisés prioritairement :

1. Pour le remboursement de dettes éventuelles envers le Club des Sans-Soucis
2. Pour l'achat de vêtements au Club des Sans-Soucis (training, tee-shirt, sweat-shirt, sac-banane, casquette ...etc.)
3. Pour l'achat de chaussures de marche sur présentation de la preuve nominative d'achat
4. Pour des dépenses à l'intérieur du Club : déplacements en car, renouvellement de cõtisation , boissons et repas aux manifestations organisées par le Club, ventes diverses faites par le Club
5. Lors d'inscriptions et de participations à des marches IVV - FFBMP/VGDS/VWF – dont les coûts sont relativement élevés (Paris –Tubize, un 100 KM...). Dans ces cas, les bons disponibles peuvent être directement remboursés en espèces à l'intéressé(e), avec une limite correspondant aux frais d'inscriptions.

Toute autre demande exceptionnelle de remboursement sera soumise à l'appréciation et à l'accord du Comité.

¹ Pour l'année 2011, la valeur du point a été maintenue à 0,025 € (1 BEF).



Calendrier des marches Juillet 2011

Samedi 02 juillet	HT062	Club de Marche "Les Trouvères"	50 km	06h30-09h
		Salle Wallemacq 7890 Ellezelles	25-14-7-4 km	07h-15h
	***	Challenge Interclubs ACHO	***	
	NA012	Les Panards Winnennois	20-10-6-4 km	07h-14h
		Salle "L'Aventura" 5570 Winenne		
Dimanche 03 juillet	HT072	Footing Club Ostiches	30-20-12-7-5 km	07h-15h
		Football Club 7804 Ostiches		
	***	Challenge Interclub	***	
	NA012	Les Panards Winnennois	20-10-6-4 km	08h-14h
		Salle "L'Aventura" 5570 Winenne		
Mercredi 06 juillet	NA029	Les Spitants de Namur	15-8-4 km	10h-16h
		Salle "La Renardière 5100 Wépion		
Samedi 09 juillet	HT014	Marcheurs de la Police de Jumez	70 km	05h-07h
		Place des Résistants	50 km	06h-09h
		A54 sortie 21 ou 22 6230 Viesville	25-15-10-6 km	07h-14h
Dimanche 10 juillet	HT011	Les Marcheurs du XII de Marcinelle	20 km	07h-13h
		Salle St-Martin 6110 Montigny-le-Tilleul	10-5 km	07h-15h
	NA049	Les Piverts de Courrière	25-20-12-6 km	07h-15h
		Terrain de Football 5330 Sar-Bernard		
Vendredi 15 juillet	HT025	Les Marcheurs de la Police de Binche	100 km	21h
		Salle du Kursaal 7130 Binche		en masse
Samedi 16 juillet	HT025	Les Marcheurs de la Police de Binche	25 km	05h-11h
		Salle du Kursaal 7130 Binche	12-6-4 km	07h-14h
	HT082	Les Rase Mottes Aiseau	21 hm	07h-12h
		Salon Communal 6250 Aiseau	12-6-4 km	07h-15h
Dimanche 17 juillet	HT065	Les Aigles de Bellecourt	25-12-6 km	08h-15h
		Salle Paroissiale 7170 La Hestre		
	NA040	Les Castors des Comognes de Vedrin	30-20-12-6 km	07h-15h
		Buvette du Football 5024 Belbressée		
Jeudi 21 juillet	NA056	La Caracole Andennaise	42-21-12-6 km	06h-15h
		Salle Polyvalente-Site Godin 5300 Andenne		
	HT069	Les Randonneurs du Haut-Escaut	30-22-17-12-7-4 km	07h-15h
		Café "L'Escale" 7640 Péronnes-lez-Antoing		
Samedi 23 juillet	HT031	Les Tatanes Ailées Epinois	50 km	06h-09h
		Cercle "L'Union" 7134 Leval-Trahegnies	40-30-20-10-5 km	07h-15h
	NA050	Les Diables Rouges	30-20-10-5 km	08h-14h
		Les Echos du Viroin 5670 Vierves S/Viroin		
Dimanche 24 juillet	NA061	Les Marcheurs Jean-Félix Mornimont	30-20-10-5 km	08h-15h
		Salle Sait-Hilaire 5020 Temploux		
Samedi 30 juillet	NA059	Les Randonneurs de la Haute Meuse	30-20-12-6 km	07h30-15h
		Salle "Récréar" 5540 Hastière		
Dimanche 31 juillet	HT050	Les Vaillants Acrenois	30-20-12-6 km	07h-15h
		Club Animation 7688 Bois-de-Lessines		
	***	Challenge Interclubs	***	
	NA015	Les Spartiates de Gembloux	21-12-6 km	07h-14h
		Salle "Chez Nous" 5031 Grand-Leez		

Petites annonces – Rencontres

- Astronaute recherche femme lunatique.
- Artificier cherche femme canon.
- Sourd rencontrerait sourde pour trouver terrain d'entente.
- Jeune homme désintéressé épouserait jeune fille laide même fortunée.
- Abeille épouserait frelon. Lune de miel assurée.



Calendrier des marches Août 2011

Mercredi 03 août	NA018	Les Marcheurs de l'Amitié Landenne Salle communale 5300 Seilles	12-6 km	09h-15h
Samedi 06 août	HT010	Les Marcheurs Ransartois Salle des Fêtes 6220 Wangenies	21-12-6-4 km	07h-15h
	NA054	Marcheurs des "Hautes-Roches" Dourbes Salle Dorthorpa 5670 Dourbes	42-30-20-13-10-6	07h-15h
Dimanche 07 août	HT006	Club Pédestre Ecureuil Châtelet Ecole St-Joseph 6250 Presles	20-13-6-4 km	07h-14h
	NA054	Marcheurs des "Hautes-Roches" Dourbes Salle Dorthorpa 5670 Dourbes	42-30-20-13-10-6	07h-15h
Lundi 08 août	NA012	Les Panards Winennois Athenée Royal 5570 Brauraing	20-12-6 km	10h-17h
Mercredi 10 août	HT048	Les Roteus Waibiens Thuin Ecole Saint-Exupéry 6142 Leernes	18-12-6-4 km	10h-18h
Dimanche 14 août	HT073	Les Marcheurs Imbrechies en Thiérache Salle Familia 6591 Macon	30-21-14-10-5 km	07h-15h
	NA001	Footing Club Fosses Salle des Heures Saines 5646 Stave	22-12-6-4 km	07h-15h
Lundi 15 août	HT071	Les Sympas de Landelies Salle Omnisports Laloyaux 6111 Landelies	21-11-6 km	07h-15h
	NA060	Le Joyeux Marcheur de Flawinne Salle Al'Volée 5020 Flawinne	42-35-28-21-14-7-5	07h-15h
Samedi 20 août	NA026	Les Culs Jatte du Mauge Salle Joseph Burette 5377 Somme-Leuze	50 km 25-12-6 km	06h-09h 06h-15h
	HT081	Les Joyeux Panards Farciennes Salle St.François-Xavier 6240 Farciennes	20-12-6-3 km	07h-15h
Dimanche 21 août	HT001	Les Sucriers de Brugelette Salle Omnisports 7940 Brugelette	30-20-12-6-4 km	07h-15h
	***	Challenge Interclubs	***	
	NA044	Les Fournans Football Club Pessoux 5590 Pessoux	30-22-12-7 km	07h-15h
Mercredi 24 août	HT062	Club de Marche "Les Trouvères" Café Le Prétexte 7890 Wodecq	21-14-7 km	08h-15h
Samedi 27 août	HT070	Marching Team St.Gabriel Maurage Salle St.Joseph 7110 Strépy-Bracquegnies	43 km 30-20-10-5 km	07h-09h 07h-14h
	NA028	Les Bergeots Complexe Sportif 5620 Florennes	50 km 30-21-12-6-4 km	07h-09h
Dimanche 28 août	HT000	Comité Provincial du Hainaut Salle Polyvalente 7911 Buissenal	30-20-10-5 km	07h-15h
	NA028	Les Bergeots Complexe Sportif 5620 Florennes	30-21-12-6-4 km	07h-14h

Déplacements en Cars

Dimanche 14 août	LG139	Club des Marcheurs de Belleveaux Inscription: Jean-Pierre Moreau	25-20-12-6-4 km 0478/78 61 86	065/75 95 50
------------------	-------	--	----------------------------------	--------------

Offres d'emploi

- Metteur en scène cherche nain pour rôle dans court métrage.
- On recherche deux hommes de paille (1 grand, 1 petit) pour tirage au sort.
- Cannibale mélomane cherche travail dans opéra-bouffe.
- Offre bonne place de gardien de vaches. Paiement par traites.
- Inventeur produit amaigrissant cherche grossiste.



DIMANCHE 14 AOUT

VOYAGE EN CAR A BELLEVAUX



Le petit village de **Bellevaux** est situé entre Malmedy et Stavelot dans la province de Liège.

Lors de notre randonnée, nous découvrirons les magnifiques bâtiments du patrimoine local telle la maison Maraite qui date de 1502, le moulin à aubes récemment restauré ainsi que l'église Saint-Aubin datant du 15^{ème} siècle.

Il convient également de signaler les serres de Frédéric Gabriel d'une superficie de 4000 m2 où sont cultivées plus de 1800 espèces et variétés de plantes vivaces. Quant aux amateurs de bière, ils ne seront pas déçus ! Sur notre parcours, nous croiserons une brasserie artisanale où nous pourrons déguster pas moins de 3 variétés de bière artisanale !

Après la marche, nous pourrons nous restaurer soit avec une assiette froide de truite et crudités, soit de boulettes accompagnées de frites.

Bonne marche et bon amusement à toutes et à tous !

Huguette.



Photos envoyées par la secrétaire du club LG139.

Départ : Place de Ghlin à 7 h. précises.

Retour : Place de Ghlin vers 19h30.

Participation : adultes et enfants (+12 ans) : **12 €.**

Enfants (- 12 ans) : **3 €.**

Renseignements et inscription :

JEAN-PIERRE MOREAU : GSM 0478/78.61.86 OU 065/75.95.50.

Paiement : virement au compte « **SANS-SOUCIS** »

IBAN : BE32795579120402

**Rue Fleurichamps, 55
7370 DOUR**



Calendrier des marches Septembre 2011

Samedi 03 septembre	HT019	Les Gratte-Pavés Erquelinnois	30 km	07h-10h
		Centre Culturel 6560 Solre-sur-Sambre	20-12-6 km	07h-13h
	NA053	Les Crayas du Thiry	42-30-21-12-6 km	07h-15h
		Ecole Communale 5670 Oignies-en-Thiérache		
Dimanche 04 septembre	HT067	Les Hurlus en Balade Mouscron	30-22-17-12-7 km	07h-15h
		Salle Roger Lefebvre 7742 Hérinnes		
	***	Challenge Interclubs	***	
	NA035	Les Kangourous de Falisolle	21-12-6-3 km	07h-15h
		Salle de l'Ancien Hotel de Ville 5060 Taminnes		
Samedi 10 septembre	HT060	Le Roitelet	50-42 km	06h30-09h
		Centre Culturel et Sportif	25 km	08h-12h
		7950 Ladeuze (Chièvres)	12-6 km	08h-15h
	HT011	Les Marcheurs du XII de Marcinelle	20-12-6 km	07h-15h
		Ecole Bois Marcelle 6001 Marcinelle		
	NA017	Les Sangliers du Samson	30-21-12-6 km	07h-15h
		Salle de Haut-Bois la Vie 5340 Haut-Bois		
Dimanche 11 septembre	HT045	Les Peleux Chatelineau	20-12-7-4 km	07h-15h
		Ecole des Frères 6200 Chatelineau		
	NA017	Les Sangliers du Samson	21-12-6 km	07h-15h
		Salle de Haut-Bois la Vie 5340 Haut-Bois		
Samedi 17 septembre	HT003	Verdigym Collines Flobecq	20-14-8-5 km	08h-15h
		Parking Bus Geenens 7880 Flobecq		
	HT085	Les Pesteleus	20 km	07h-12h
		Ecole Roosevelt 7140 Morlanwelz	12-5 km	07h-15h
	NA051	Les Godasses de Fraire	20-15-10-5 km	08h-14h
		Salle Communale 5650 Yves-Gomezée		
Dimanche 18 septembre	HT034	Trotteux Su L'Roc Beaumont	20-15-10-5 km	07h-15h
		Salle Désirée 6511 Strée		
	NA052	Les Djales d'Anhée	30-22-12-6-4 km	08h-15h
		Salle Chérumont 5537 Bioul		
	HT085	Les Pesteleus	12-5 km	14h-19h
		Ecole Roosevelt 7140 Morlanwelz		
Samedi 24 septembre	HT033	Les Infatigables de Jumet	21-14-7-3 km	08h-14h
		Salon Communal 6030 Goutroux		
	NA030	1000 Pattes de Philippeville	21 km	07h-13h
		Salle "Les Amis de la Gaïeté" 6030 Goutroux	12-6-4 km	07h-15h
Dimanche 25 septembre	HT061	Les Marcheurs de la Police de Mons	30-20-12-6 km	07h30-15h
		Salle Calva 7030 Saint-Symphorien		
	***	Challenge Interclubs	***	
	NA049	Les Piverts de Courrière	25-20-12-6 km	07h-15h
		Salle "Cécilia" 5336 Courrière		

Déplacement en Car				
Dimanche 18 septembre	LG019	Les Marcheurs de L'Ourthe	30-21-12-6-4 km	
		Inscription: Jean-Pierre Moreau	0478/78.61.86	065/75.95.50

ACHAT - VENTE

- Cause fausse alerte, vends cercueil en ébène, jamais servi.
- Chien à vendre : mange n'importe quoi. Adore les enfants.
- A vendre robe de mariée portée une seule fois par erreur.

SERVICES

- Analphabète ? Ecrivez-nous dès aujourd'hui pour obtenir une brochure gratuite sur nos formations accélérées.



Dimanche 18 septembre : le car des « Sans Soucis » nous emmènera à :

COMBLAIN AU PONT



Comblain-au-Pont, commune d'environ 4000 habitants, est située en Région wallonne dans la province de Liège au confluent de l'Amblève et de l'Ourthe.

Notre randonnée nous permettra de découvrir des sites d'exception que sont la Grotte de l'Abîme qui constitue un lieu d'hébergement important de chauve-souris et le Centre d'interprétation de la chauve-souris.



Les amoureux d'art et d'histoire pourront admirer le Musée du Pays d'Ourthe-Ambève ou les sculptures du Musée en plein air.

Les Marcheurs qui choisiront les parcours de 12, 21 ou 30 km auront le plaisir d'observer le concours de voltige organisé par le Club Royal de la Petite Aviation Liégeoise (CRPAL) d'Anthisnes.

Outre notre randonnée, Comblain-au-Pont nous fera vivre des moments inoubliables !

Bonne marche à toutes et à tous.



Vue de la grotte



Vue aérienne de Comblain-au-Pont



CRPAL à Anthisnes

Départ : Place de Ghlin à 7 h. précises.

Retour : Place de Ghlin à 19h30.

Participation : adultes et enfants (+12 ans) : **12 €.**

Enfants (- 12 ans) : **3 €.**

Renseignements et inscription :

JEAN-PIERRE MOREAU : GSM 0478/78.61.86 OU 065/75.95.50.

Paiement : virement au compte « **SANS-SOUCIS** »

IBAN : BE32795579120402

Rue Fleurichamps, 55

7370 – DOUR

Les randonneurs transfrontaliers du Mercredi matin

PROGRAMME juillet – août – septembre 2011

Date Localité Lieu de départ Départ de Dour à :
9h30 sauf 7/8 et 20/8

Juillet

6	Frasnoy F59530	Place de la Mairie rue Grande	8h45
13	Boussu-Bois B7300	Stade de foot St Antoine	9h00
20	Aulnois B7040	Place du château d'eau – rue Malplaquet	8h45
27	Roisin B7387	Place – Rue de la Place	9h00

Août

3	Louvignies les Bavay F59570	Place de l'église – Place de Louvignies	9h30
7	Erquennes B7387 2 ^{ème} marche de la moisson	Départ 10h00 place du Jonquois rue de la Fontaine pour une marche de 10 km	9h00
10	Sars la Bruyère B7080	Place de l'Eglise rue des écoles	9h00
17	Angre B 7387	Place London scottisch (Eglise)	9h00
20	Wihéries B7370 5 ^{ème} marche ducasse à figues	Rue Ferrer – Départ à partir de 7h00 pour circuits de 6 – 12 – 18 km	Directement sur place pas de départ intermédiaire au Delhaize
24	Stambruges B7973	Mer de sable rue du Grippet	9h00
31	Bernissart B7320	Rue du Préau	9h00

Septembre

7	Chièvres B7950	Grand Place	8h45
14	Herbignies F59530	Rue Berlandois (salle des fêtes)	8h45
21	Herchies B7050	Rue Valère Bernard (Eglise)	8h45
28	Wargnies le Petit F59144	Rue Marcel Dubois - Salle des fêtes	8h45

- **Contacts** : Robert 065.653977 – GSM 0473/82.22.23
 Jean 065.633166

- **Notre site Internet** : <http://randodour.skynetblogs.be>

**Nous vous conseillons de consulter ce site la veille de la rando en soirée .
 Même si c'est exceptionnel , toute annonce importante liée à la modification du planning y
 serait mentionnée.
 Si vous ne possédez pas Internet , vous avez certainement des connaissances qui pourront
 vous informer de toute modification (annulation , changement de point de départ, ..)
 En cas de doute , contacter Robert .**

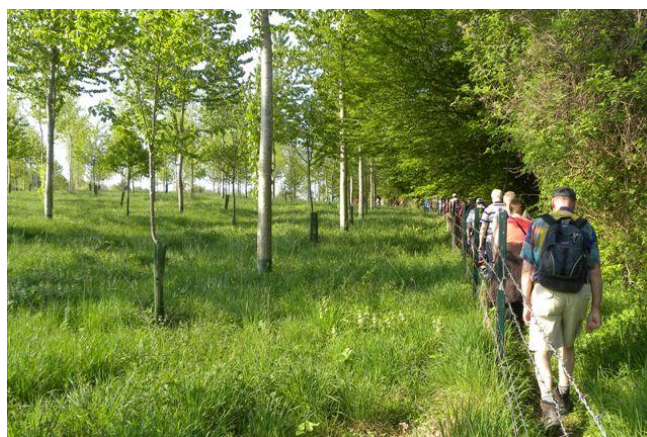
- **Participation aux frais** : 0,5 € par personne .

Les règles du code de la route sont de stricte application



**Les chiens doivent être tenus en laisse
 durant toute la durée de la marche**

Marches des Randonneurs Transfrontaliers en images.



Houdain-lez-Bavay, le 20/04/2011



Condé sur l'Escaut, le 01/06/2011

Photos de Jean-Claude Havaux

Vacances 2011 à NEDDE

DEPART : Gare de Mons-Samedi 27 août à 04h00.

RETOUR : Gare de Mons-Samedi 03 septembre vers 23h00.

HEBERGEMENT :

- studio 2 personnes (1 pers/pièce) ;
- comprenant séjour, salle de douche, cuisine équipée (évier, plaque chauffante, frigo- congélateur et cafetière électrique (à partager)) ;
- le linge de toilette est compris (sauf les gants de toilette) ;
- les chambres sont disponibles le samedi à 17h00 et doivent être libérées pour 10h00.

RESTAURATION : Pension complète, vin de table inclus, 2 déjeuners (le midi) sous forme de pique-nique.

ANIMATIONS : Nous assisterons à un spectacle ou aurons le plaisir d'entendre un groupe musical.

RANDONNEES :

La région de Nedde est magnifique, verdoyante et très calme. Non loin du village, il y a un restaurant, un bar et une église mais....pas de curé !!!!

Les marches ne sont évidemment pas obligatoires ! Nous sommes en vacances !!

Pour ceux qui le désirent, comme les années précédentes, deux groupes seront formés ; les distances à parcourir seront adaptées à chaque groupe. Deux accompagnateurs de randonnée sont désignés pour chaque groupe. Les frais de visite des randonnées notées au programme sont inclus, à l'exception du jour de l'excursion.

La première marche aura lieu le dimanche 04 septembre. Le programme des marches, suivant les distances et les déplacements, reste à définir.

Cependant, les marches suivantes sont prévues : le mont de Ende, le circuit de Pallier, le circuit de Grammont, le Ruisseau du Moulin, le bois de Crozat, le chemin des poètes, le lac de Vassivière (10 km²), Claveyrolas, la fontaine Geneviève, le lac de Ste Hélène, le mont Lauzat et le circuit de Chaud ...

Ce qui est déjà prévu au programme de mercredi, ce sont nos excursions à Oradour sur Glane et à Limoges. Nous visiterons d'abord Limoges avec ses musées, sa cathédrale, le jardin des plantes et sans oublier de mentionner « La vieille Ville ». Il est également possible de visiter la ville en petit train pour la modique somme de 4,50 €/h.

Celles et ceux, qui ne souhaitent pas se rendre à Oradour, mercredi, c'est votre journée ! Vous aurez le loisir de rester à Nedde, de passer la journée à Limoges ou bien encore de profiter de l'occasion qui vous est offerte pour rendre visite à la famille (j'en connais !).

Vendredi, aucun déplacement en car ne sera organisé. C'est le jour de repos du chauffeur qui doit nous ramener à bon port le lendemain !!

N'oubliez pas vos cannes, votre carte SIS, votre carnet de marche, vos médicaments, un petit sac à dos, une petite bouteille d'eau et surtout votre bonne humeur.

Evelyne et moi, avons passé un excellent séjour à Nedde.

Ce sera bien, très bien même !

Evelyne et Christian.



PENSEZ A PAYER LE SOLDE DE VOS VACANCES AVANT LE 25 JUILLET !!!

Pour des informations complémentaires, consultez le site :

<http://www.vvf-villages.fr/villages-vacances/vacances-nedde-vvf-villages.html>

Une semaine de rando à la Costa Brava...

Du 6 au 15 mai, j'ai eu l'occasion de participer à un séjour à **Platja d'Aro**, station balnéaire de la Costa Brava avec le « Els Pins club » local. Je vous fais part de mes impressions, vous pourrez ainsi juger s'il vous serait agréable de faire ce voyage prochainement. Pour ma part, j'y avais déjà participé il y a 7 ans (comme le temps passe vite !) et j'ai été heureux de renouveler l'expérience.

Le responsable s'appelle Claude Deltenre, membre actif et délégué de l'ASBL « Els Pins club marcheurs ». Il habite Arlon ; l'appellation de l'ASBL provient en fait du nom de l'hôtel « Els Pins » de Platja d'Aro. L'autocariste se nomme « Welcom



Travel » de Mouscron. Je vous donne en fin d'article les coordonnées utiles.

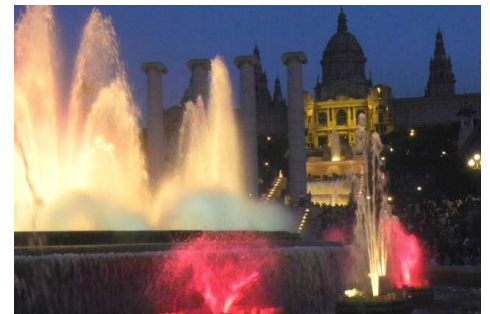
Le voyage en car se fait de nuit ; il y a plusieurs prises en charge en Belgique et même jusqu'à Metz. De Mons, le départ a lieu vers 14 heures et l'arrivée en Espagne programmée pour 11 heures le lendemain. La durée du trajet en



car est donc de 21 heures, c'est évidemment beaucoup ! Le système des multiples prises en charge -9 au total- est peut-être le seul inconvénient du voyage. Pour ma part, je trouve qu'il faudrait réduire les « ramassages » à deux ou trois... Mais il n'y a pas de solution idéale. Bien entendu, il faut inclure dans ces 21 heures, les arrêts restaurants et toilettes ! En fait, le meilleur moyen de ne pas trouver le temps trop long, est de prendre un léger somnifère en début de soirée !



Le coût du séjour est de 385 Euros par personne, en pension complète, ce qui, vous en conviendrez, n'est pas bien cher ; d'autant plus que l'hôtel est impeccable, très propre, à 50 mètres de la plage et des commerces ; la nourriture est excellente ! Chaque jour, on a le choix midi et soir entre 3 entrées et 3 plats principaux, à choisir la veille ; celui qui ne trouve pas nourriture à son goût n'est pas encore né ! Platja d'Aro est une station balnéaire agréable, sympathique, très propre et peu bruyante, en tout cas à cette époque de l'année. Il y a de nombreuses petites rues animées par les boutiques, les snacks et restaurants ; la plage est, elle aussi, super propre ; depuis mon premier séjour il y a 7 ans, la station s'est étendue, les constructions ont augmenté mais l'infrastructure est restée aussi sympathique et de bon goût.



La plupart des participants sont des randonneurs mais certains viennent en simples touristes. Les randonnées ont lieu l'avant-midi, l'après-dîner étant libre. Deux distances sont offertes, +/- 10 et +/- 15 kilomètres ; chacun trouve ainsi son agrément ! Les marches se font soit au départ de l'hôtel, soit après un trajet en car. Le jeudi est une journée spéciale, comprenant un trajet de 20 km environ ainsi qu'un marathon.



Les tracés sont variés, le long de la côte ou en moyenne montagne par raves, chemins forestiers, campagne... C'est selon. Je n'ai pas trouvé que les paysages étaient exceptionnels (ceux qui ont parcouru l'arrière du pays niçois, les « Cinque Terre » ou d'autres sites, ne me contrediront pas) mais la grosse majorité des participants ont toutefois fort apprécié. Les difficultés sont moyennes, à chacun de faire en fonction de ses moyens ou de sa forme !

Deux excursions facultatives sont prévues, une après-midi à Barcelone et quelques heures à Tossa de Mar.

L'ambiance a été excellente. Nous comptons des voyageurs du Hainaut, du Namurois, de Liège, Verviers, Arlon et Gaume, Metz et environs : un bon panel de gais lurons venus se donner du bon temps, de l'exercice, faire bonne chair, bref, changer un peu d'air et d'habitudes. Cerise sur le gâteau, le temps a été excellent durant toute la semaine : pas de pluie, environ 20 à 25 °C... Que demander de plus ?

Si vous êtes intéressés, veuillez trouver ici les adresses utiles :

ASBL Els Pins Club Marcheurs (Claude Deltenre) 67, rue de Freylange B 6700 Arlon

Tél 063-23 35 53 Courriel : elspinsclub@belgacom.net

Autocariste : Welcom Travel 68, avenue des feux follets 7700 Mouscron

Tél 056- 34 99 56 Courriel : donchephilippe@skynet.be

Dimanche 27 mars : le car des « Sans Soucis » à Mirwart

Le printemps est arrivé depuis une petite semaine et a enfin chassé le long hiver que nous avons enduré. La journée semble très prometteuse ; le car, ponctuel, emmène un groupe costaud vers l'Ardenne, à la marche des « Bottines Borquines » de St Hubert.

Le chauffeur d'Alexander Cars est en forme et son beau car aussi ! Deux heures de trajet, le plus souvent par autoroute, et nous voici à destination dans cette petite commune faisant partie de l'entité de St Hubert, très connue pour son « domaine de Mirwart ».

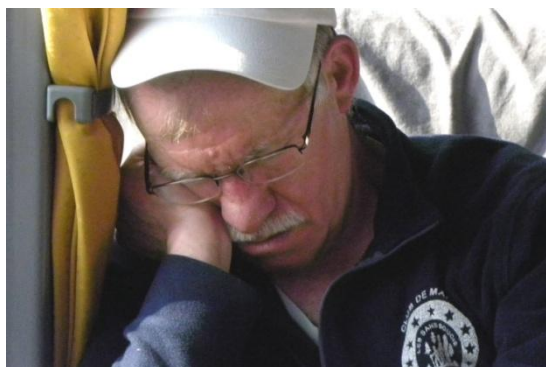
Une salle très sympathique, déjà bien fournie, nous accueille et, le temps de déguster une bonne tasse de café, c'est parti pour une balade que nous n'oublierons pas de sitôt !



D'emblée, la nature nous apparaît merveilleuse, une beauté à l'état pur et, qui plus est, le temps est idéal : lumineux, doux, calme. Que demander de plus ? Le parcours est sillonné par de nombreuses rivières, ruisseaux, lacs, dans cette vallée de la Lomme.



Le parcours n'est pas très difficile, hormis la montée vers le château qui domine la localité. Les parcours sont de 5, 10, 15 ou 21 km, jalonnés par des contrôles bucoliques où, surprise, nous retrouvons Carmen, connue par beaucoup d'entre nous, qui a délaissé son St Waast natal pour rejoindre ce coin de paradis. Après un bon goulash du cru (pâtes grecques, carbonades de plusieurs viandes et sauce trrrrés colorée) c'est le retour durant lequel plusieurs se sont payé une fameuse sieste !



Voici encore quelques photos qui vont faire regretter aux absents de ne pas avoir profité de ce beau dimanche. Sur le site, vous pouvez en voir plus pour vous donner envie d'y aller l'année prochaine !



Texte et photos de Jean-Claude Havaux

Dimanche 15 mai - Compte-rendu de notre voyage à Arlon

Encore une belle journée en perspective, ce dimanche 15 mai en Ardenne. Nous sommes 60 marcheurs à prendre le car ce matin là à Ghlin. Le temps est annoncé incertain mais les cieux sont au beau fixe. Nous sommes ravis de nous retrouver entre " Sans Soucis". Le trajet se déroule sereinement, on papote sur les km mis à notre disposition pour la journée : 5, 10, 15, 20 et 30 km.

Arlon est une belle ville qui s'offre à nous par ses paysages et ses richesses : telle l'église St. Donnat, le musée Gaspar, ses nombreux commerces et j'en passe. Sur ce, le car est arrivé à bon port ; il est 09h45.

Une salle immense nous accueille et comme à l'habitude, chacun se réconforte avant de se lancer sur les sentiers bien fléchés de cette belle vallée.

Pour ceux et celles qui font les petites distances, ils ont la possibilité de visiter l'église St. Donnat, le musée spécialement gratuit ce jour là. Beaucoup ont profité des richesses exposées.



Pendant ce temps, quelques-uns de nos marcheurs vaguent sur les 10 ou 15 km. De belles montées et descentes s'offrent à eux, même une forte pluie ne les a pas épargnés, la seule de la journée mais il fallait que certains en profitent.

N'oublions pas les deux courageuses gentes dames, parties sur les 20km, se prenant pour des tailleurs de pierre et attirées par l'impressionnante carrière, en oublièrent leur chemin ! Elles en sont « quitte » pour 5 km gratuits... c'est courageux mais elles sont rentrées tout juste à la salle.

A la salle, petit à petit chacun se prépare, le retour étant prévu pour 16 h.00. On se délasse devant ce qui nous est offert : une bonne bière, un maitrank, spécialité d'Arlon, et n'oublions pas les assiettes généreusement garnies.

Enfin nous reprenons le car direction Martelange. Là, les "Sans Soucis" s'arrêtent devant le choix d'alcools exposés en rayon ; on est quelque peu tenté !

Le retour s'effectue dans la gaieté. Nous sommes contents de cette journée bien remplie passée entre "Sans Soucis"

Notre prochain voyage se fait à Knokke le 12 juin. Nous espérons vous y retrouver !

Encore merci de votre présence !

Evelyne.



Photos de Robert Wullaert.

Petites annonces – Divers

- Homme sans histoires recherche éditeur pour devenir écrivain.
- Souffrant d'insomnies, échangerais matelas de plumes contre sommeil de plomb
- Échangerais voiture de sport endommagée contre chaise roulante en bon état.
- Perdu partie haute d'un dentier. Merfi de le reftituer à fon propriétaire auffitôt que poffible.

Dimanche 12 juin 2011 : le car des « Sans Soucis » à Knokke.

Le car à double étage se présente sur la Grand-Place de Ghlin à 7 heures pile ; les participants sont prêts pour profiter d'une journée de détente à la côte ! Après les ramassages traditionnels au Lido et à Nimy, l'autoroute nous amène en 2 bonnes heures dans la partie sans doute la plus chic du littoral : **Knokke et Heist** ont été fusionnés et **Le Zoute** faisait déjà partie de Knokke. Il faut aussi y ajouter **Albertplage**. Pour simplifier quand même un peu, on parle maintenant de « **Knokke-Heist** ».



s'ils sont coûteux, le contenu de l'assiette en vaut la peine ! Il faut dire qu'à part peut-être les crêpes servies dans la salle, les pains saucisses et autres croque-monsieur ne tiennent pas la comparaison ! Le rassemblement était prévu à 17h30 afin que chacun puisse se délasser sur la digue ou faire du lèche-vitrines en ville. Tout le monde a été content d'avoir pu profiter d'une journée de détente, qui plus est, par un temps idéal pour la marche, sans pluie et pas trop chaud. De temps en temps, ça fait du bien de profiter des petits plaisirs simples, de rigoler entre copains, sans se préoccuper d'avaloir des kilomètres à la pelle et de marquer des points à l'ACHO...

Vous vous y retrouvez ? Sans conteste, cette entité est une des plus belles de la côte - que l'on appelle encore « belge » - avec le « Westhoek » près de « De Panne ». C'est aussi la plus riche : il suffit de voir les villas, les plages, les restaurants, les infrastructures sportives etc.

Les parcours étaient impeccablement fléchés sur toutes les distances. Qui plus est, à partir du 15 km, les marcheurs ont pu profiter de la grande diversité des sites parcourus : allées verdoyantes bordées de villas somptueuses, bois touffus aux sentiers sinueux, polders jouxtant le Zwin, dunes propres, évidemment toute la digue encombrée par piétons, vélos, cuistax, rollers, planches à roulettes... (mais là, pas de chiens, interdits du 15 mars au 15 octobre, propreté oblige !), rues commerçantes, dont la célèbre « Lippenslaan », tour du lac intérieur... Rien ne nous a été caché ! De nombreux « Sans Soucis » n'ont pu résister à l'attrait des multiples restaurants ;



Texte et photos :
Jean-Claude Havaux

Impressions d'un bleu

Aux dires d'Huguette, je ne devais pas me faire de soucis. Je paie ma cotisation et je suis couvert par l'assurance. Comment ? Marcher est donc risqué ? Une assurance, pourquoi ? Contre les risques de chutes d'avions ? De tsunamis ? D'ouragans ? Pas de soucis, c'est vite dit.

En prime je suis obligé de marcher. Quelle horreur ! Me voilà angoissé, je me fais du souci pour mes finances. On dit que marcher est le sport peu coûteux par excellence. Mon œil ! Premier souci acheter une bonne paires de chaussures de marche. Pourquoi une bonne...? Y aurait-il de mauvaises chaussures de marche ? Le choix est vaste, complet et inquiétant. Je regrette mes "godasses" ABL (les anciens comprendront, pour les jeunes cela correspond au service militaire qu'ils n'ont malheureusement pas fait). Un ami bien intentionné me demande si j'ai acheté des chaussettes spéciales sans couture et de la graisse pour les pieds. Je l'écoute la bouche ouverte de saisissement. Des chaussettes sans couture ? De la graisse pour les pieds? Kéksékça ? C'est pour éviter les "cloches" aux pieds. J'ai l'impression d'en être une. Je sors du magasin de sport soulagé de quelques dizaines d'euros. Me voilà sans sou...si, si.

Aux dires d'Huguette, pas de soucis. Selon moi, elle a dû travailler dans un service commercial pour vendre avec un tel brio ses cotisations. Je commence à la regarder d'un autre œil.

Diantre me voilà affublé de deux chaussures, une pour chaque pied, de deux paires de chaussettes sans couture, d'un pot de crème pour "empapiner" les pieds (elle ressemble à de la graisse de phoque).

En route pour ma première marche. 15 km. Facile. Oui mais il y a le soleil. J'ai horreur du soleil. Mets une casquette. Et pour les jours de pluie achète un parapluie. Nous marchons en groupe. Cela veut dire en suivant les talons du précédent et en veillant de ne pas se faire renverser par des véhicules. Du paysage, on ne voit rien, un seul objectif terminer la marche. Le bonheur complet en arrivant, s'asseoir dans la voiture et faire fonctionner l'airco.

Y en a qui disent qu'on devient accro à la marche. Oui, si elles se passent sans accrocs !

Sans Soucis, j'ai compris maintenant le S final au nom du club de marche. Dans quelle galère me suis-je embarqué ? Au revoir et à la prochaine marche.

Le Yéti
Michel De Bloos

G A G !!



*Vous préférez les promenades
de gauche ou celles de droite ?*

Jean-Claude Havaux.

Bien choisir ses bâtons de randonnée



L'utilisation de bâtons ne comporte à peu près que des avantages. Ils permettent de mieux répartir le poids du corps, surtout avec une lourde charge sur le dos, et d'améliorer l'équilibre en terrain accidenté.

Grâce à eux, le randonneur est plus efficace en montée et lui permettent de réduire les chocs aux articulations lors des descentes. Les bâtons soulagent le dos et sont une aide précieuse pour le franchissement des gués et des passages glissants.

Alors comment choisir ses bâtons de randonnée ?

Il est conseillé d'utiliser 2 bâtons et non un seul pour favoriser la symétrie du corps et éviter des douleurs au dos ou aux articulations. L'utilisation de bâtons par paire améliore notablement l'efficacité et le rendement de la marche.

Le corps du bâton :

De nos jours, la plupart des bâtons de randonnée sont télescopiques et comportent deux ou trois sections. On peut donc les ajuster selon le type de terrain et les ranger facilement sur un sac à dos.

- Bâton mono-brin : Un bâton mono-brin a l'avantage d'être extrêmement léger. Il n'est pas réglable, il faut donc le choisir à la taille désirée. Pour choisir leur longueur, voici une opération facile : votre taille x 0,7. L'avantage principal de ce bâton en est le prix. _
- Bâton multi-brins : Cette structure permet de régler le bâton à la taille désirée. Le bâton reste assez léger. Cette conception est parfaitement adaptée à un usage en randonnée : du fait de sa structure en deux ou trois parties, il est compact et peut donc facilement être porté sur un sac à dos quand on ne s'en sert pas. Son réglage se fait sur un terrain plat. Prenez un bâton dans votre main et collez votre coude sur votre buste. Votre avant bras doit faire un angle de 90° avec votre bras. En montée, le raccourcir légèrement et en descente le rallonger. Ne jamais dépasser la "STOP LINE", au risque de casser le bâton en usage. _
- Bâtons multi-brins & automatique : Permet un réglage rapide en toute sécurité. Par l'action d'un simple bouton, le randonneur peut ajuster la longueur de ses bâtons. C'est très astucieux et pratique.

Le brin :

Le tube des bâtons de randonnée est souvent fabriqué en alliage d'aluminium, un matériau à la fois léger, résistant et qui ne rouille pas. Certains alliages ont un rapport résistance/poids meilleur que d'autres, offrant plus de légèreté pour le produit fini.

Encore plus léger, la fibre de carbone offre une grande légèreté au bâton et garantit un très bon confort d'utilisation en diminuant fortement les vibrations.

La poignée :

Veillez à ce que l'ergonomie de la poignée soit bien adaptée à votre main afin de ne pas favoriser la création d'ampoules. Il existe différents types de matériaux plus ou moins techniques.

Poignée plastique : prix bas, légère, destinée à des randonnées assez courtes, fait transpirer

Poignée caoutchouc : plus confortable, pour des randonnées longues

Poignée mousse : légère et confortable

Poignée liège : légère et confortable, en particulier quand on transpire, noblesse du matériau

La dragonne :

La dragonne est utile lorsqu'elle est bien réglée afin de pouvoir reposer confortablement le poignet au moment de la poussée.

Dragonne à sangle simple : suffisante pour les balades.

Dragonne à sangle confort : doublée d'un matériau adoucissant le contact avec la main. Appréciable pour les randonnées plus longues car diminue le risque d'irritation voire d'ampoule.

Les rondelles :

Les rondelles trouvent tout leur sens sur terrain mou ou neigeux. Elles sont parfois interchangeables pour s'adapter à tout type de relief.

Rondelles été : de petite taille, elles évitent que le bâton ne se coince dans les rochers. Rondelles hiver : de grande taille pour que le bâton ne s'enfonce pas dans la neige.

La pointe :

Acier : peut être suffisant pour des balades.

Carbure de tungstène : plus durable, il est adapté à un usage fréquent.

Privilégier une pointe en tungstène pour la durée de vie de vos bâtons.

L'entretien et le stockage :

Après utilisation, surtout en terrain poussiéreux, démontez les sections de vos bâtons pour en faciliter le séchage et enlever la poussière d'oxyde qui apparaît (dépôt blanchâtre sur l'aluminium) et qui provoque parfois des blocages au coulisement. Ne pas graisser l'intérieur.

Afin de garantir une meilleure durée de vie à vos bâtons, stockez-les dans un endroit sec, sans serrer les systèmes de fermeture.

Les bâtons de randonnée sont réellement une aide pour le randonneur. Ceci dit il est aussi important, lors de balade, de savoir s'en passer de temps en temps afin de maintenir son équilibre naturel et retrouver sa verticalité. Le bâton doit rester un "plus" pour faciliter la randonnée et diminuer la fatigue au même titre qu'un sac à dos léger ou des chaussures confortables.

Bonne marche et à bientôt sur EnvieDeMarcher.com !

Le carbure de tungstène c'est quoi ça ????

Le **carbure de tungstène** est un matériau très dur — 9 à l'échelle de Mohs — résultant d'une combinaison de carbone et de tungstène.

Divers usages :

Il convient à divers alliages servant à la confection d'outils devant résister à l'usure comme les scies, les forets, la fraise (outil) ou l'outil de tour. Il offre une meilleure résistance à l'usure et à la chaleur que les aciers rapides dits ARS (ou HSS en anglais) qui sont aussi très employés en usinage. Il est aussi utilisé pour faire des balles de munitions et parfois des billes de stylo. Il est principalement utilisé dans les outils coupant sous sa forme frittée à l'aide de cobalt, qui lui donne la ductilité nécessaire. On peut l'utiliser aussi dans le revêtement de matériaux pour en diminuer l'usure. Par exemple pour les centrifugeuses, on dépose du carbure de tungstène sur les spires pour un blindage plus performant.

Propriétés nucléaires

Ce matériau a été utilisé en tant que confinant, permettant de refléter les neutrons issus de la réaction en chaîne dans la bombe nucléaire Little Boy, afin d'obtenir plus de fissions et d'en exploiter une plus grande puissance.



Et un de plus ! Bon anniversaire !

JUILLET	
Esteban Gérard	1
Roger Hallez	3
Myriam Berwart	4
Emilie Daniaux	6
Brice Berquemanne	7
Pascale Capelle	7
Tatiana Dequévry	7
Efisio Lai	7
Marie-Laurence Gathot	8
Jean-Louis Malengreau	8
Gemma Melchiorre	8
Jeannine Debrue	9
Anna-Maria Della Selva	9
Annie Vanderelst	10
Sylvianne Fouquet	13
P.-Alexandro Meneghini	15
Muguette Duez	16
François Callens	18
Guy Faid'Herbe	18
Philomène Mazzeo	18
Rik Claeys	19
Adelina Lai	19
Magaly Sérafin	19
Pierre Callens	22
Jean Primosig	23
Emilie Campion	24
Nicolas Marquebreucq	25
André Wala	25
Marie Belga	26
Maité Maizer Metin	26
Michael Detourbe	29
Michel Viart	29
Sandrine Morue	30
Paula Saulx	30

AOÛT	
Danielle Leclercq	1
Marie-Renée Maton	2
Léonce Soudan	4
Jean-Pierre Moreau	5
Anne-Marie Place	5
Catherine Destrebecq	6
Caterine Di Piazza	8
Robert Wullaert	8
Rabat D'Andrea	9
Yvonne Barré	14
André Harvengt	14
Patrick Guérit	15
Marilyn Masy	15
Daniel Martin	19
Nathan Van Quaquebeke	19
Christine Cuvelier	21
Frans Poortmans	21
Annie Crombez	22
Jocelyne Maton	24
Myriam Locatelli	26
Véronique Rinchon	26
Laurent Cailleaux	27
Paul Mertens	27
Michel Bauvois	29
Daniel Lhoir	29
Jean-Pierre Heirewegh	30
Harald Ohlsson	31

SEPTEMBRE	
Théo Doverchain	2
Luc Houyoux	4
Patrizia Ortu	5
Jean-Luc Trinidad	6
René Durieux	7
Edith Haussy	8
Cyril Page	9
Guilleaux Cailleaux	10
Damien Naizy	10
Jean-Paul Harmegnies	11
Jérémy Delaunoy	15
Jean-Luc Gondry	15
Jean-Claude André	17
Christian Chaineux	18
Patrice Duvivier	19
Sarah Ledoux	20
Angelo Spagnuolo	20
Loralie Boitte	22
Arlette Boone	24
Thomas Brogniez	24
Léa Doverchain	26
Jean-Jacques Detourbe	28
Michel Lefevre	28
Pascal Urbain	28

On ne devient pas vieux pour avoir vécu un certain nombre d'années : on devient vieux parce qu'on a déserté son idéal.
Les années rident la peau: renoncer à son idéal ride l'âme.
(Général Mac Arthur)

A vos agendas !

Calendrier des activités Sans-Soucis – prévisions 2011	
Septembre 2011	La journée récréative, rencontrant peu d'intérêt, a finalement été supprimée.
Ve 09.09.2011	Réunion du Comité
Ve 23.09.2011	Réunion du Comité
Di 02.10.2011	Marche d'Automne à Baudour
Ve 28.10.2011	Réunion du Comité
Sa 12.11.2011 à 18h30	Souper des "Sans Soucis"
Ve 02.12.2011 à 18h30	Saint-Nicolas des enfants et des aînés

Nous vous rappelons que, selon nos statuts, tout membre des « Sans-Soucis » a le droit assister à une réunion du Comité des « Sans-Soucis », à condition d'en faire la demande au préalable au secrétaire.

Christian.

HT 029 - LES SANS SOUCIS - GHLIN CALENDRIER CLUB 2012

Date	Club organisateur Dénomination de la marche	Distance Km	Heures	Lieu de départ	Légende IGN	N° Club
Di. 19/02	LES SANS SOUCIS - GHLIN 34e Marche du Mouligneau Challenge Interclubs	30-20-12-7-4	08.00-15.00	I.P.E.S. Rue du Temple 7011 GHLIN	I.H.O IGN 45/7	HT 029
Sa. 14/04	LES SANS SOUCIS - GHLIN 30e Marche du printemps	60-50	06.00-09.00	Parc Communal 7331 BAUDOUR	I.L IGN 45/2	HT 029
Sa. 14/04	LES SANS SOUCIS - GHLIN 30e Marche du printemps	40 25-20-10-5	06.00-09.00 08.00-15.00	Parc Communal 7331 BAUDOUR	I IGN 45/2	HT 029
Di. 07/10	LES SANS SOUCIS - GHLIN Marche d'automne 11e Mémorial Hilaire Debeil	30 21-10-5	08.00-11.00 08.00-15.00	Ecole Communale Rue Charles Wantier 7370 ELOUGES	I.H IGN 45/6	HT 029

Intervention de la Mutuelle dans les frais inhérents à la pratique d'un sport

Nous vous rappelons que, afin d'encourager la pratique d'un sport, les mutuelles interviennent dans les coûts liés à l'affiliation à un club sportif. Les formulaires à remplir sont disponibles auprès des guichets de votre mutuelle ou peuvent être téléchargés à partir des liens suivants :

	http://www.mutsoc.be/Mutsoc/MesAvantages/Assurance-complementaire/0menu.htm puis cliquer sur  Activités sportives
	http://www.partenamut.be/web/guest/formulaires-intervention puis cliquer sur  Sport - inscription à un club sportif / une salle de fitness
	http://www.mc.be/fr/129/avantages_et_services/prevention_et_soins/avantage_sport/index.jsp puis cliquer sur  Demande d'intervention Sport et Diététique (1132kb)
	http://www.mut206.be/n_avant/avant/avantages-tous/public puis cliquer sur » Affiliation à un club sportif
	Pour obtenir le formulaire : 02.525.35.59

Prologue de notre marche printanière et petit aperçu de notre marche du 9 avril 2011



Une vingtaine de marcheurs attendent impatiemment l'arrivée de Pascal au stade sportif d'Elouges. Nous discutons allègrement et chacun s'interroge sur le parcours concocté par Pascal. Dès son arrivée, à sept heures précises, nous commençons notre randonnée. Tout d'abord, nous découvrons les sentiers d'Elouges déjà parsemés de fleurs sauvages d'une beauté remarquable.

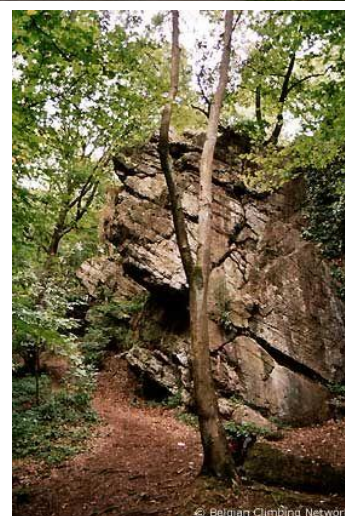
Après avoir parcouru quelques kilomètres, nous apercevons le parc éolien de Dour-Quévrain ; émerveillement, étonnement, questionnement et réflexion sont au rendez-vous face à ce spectacle grandiose !



Nous poursuivons notre jolie promenade en traversant les magnifiques villages des Hauts-Pays tels Audregnies, le bois de Roisin, le célèbre « Caillou-qui-bique » situé le long des rives boisées de la Grande Honnelle qui attire, par sa beauté naturelle, de nombreux promeneurs.



Arrivés à Roisin, nous faisons une petite incursion en France vers les villages pittoresques de Gussignies et de Bellignies. Nous avons déjà parcouru 18 km. Certains décident de rebrousser chemin dans « la voiture balai » tandis que d'autres, plus entraînés et surtout plus « courageux », continuent la merveilleuse aventure avec Pascal.



Notre marche printanière s'est déroulée comme prévu le 09 mars sous un soleil radieux. Pas moins de 980 marcheurs, tous clubs confondus, ont répondu présents à notre invitation !

Notre journée mémorable s'est terminée en beauté par un excellent barbecue !!!

Un grand merci à Pascal qui nous a permis de découvrir la magnificence de certains villages méconnus par la plupart d'entre nous. N'oublions pas de remercier notre président et tous les bénévoles qui rendent possible l'organisation de telles marches.

Huguette.

Les photos ont été réalisées par nos photographes JC Havaux et M Thouillet.

Prologue de notre marche automnale

Comme de coutume, Pascal vous convie à assister au prologue de notre marche automnale du 02/10/2011.

Pour ce faire, il vous donne rendez-vous le 10 septembre à 7h30, à l'entrée du parc communal, à côté du bureau de police (intersection de la rue Louis Caty et de l'Avenue Louis Goblet).

Bienvenue à tous !



Marche Sans-Soucis du 9 avril 2011 – Classement des Clubs par nombre de participants

Club	Fédération	Participants
HT 061 - Les Marcheurs Police de Mons	FFBMP	61
B130 Wandelclub Cracks Wolvtem	Aktivita	57
B021 Trip-Trap Kuntich vzw	VWF	50
HT 025 - Les Marcheurs de la Police de Binche	FFBMP	42
W137 Wandelclub Vier op een Rij Groot-Zedelgem	Aktivita	41
LUX 032 - La Fourmi	FFBMP	26
HT 028 - Marcheurs de la Sylle - Bassilly	FFBMP	18
HT 012 - Le Coq d'Or Ecaussinnois	FFBMP	16
HT 001 - Les Sucriers de Brugelette	FFBMP	15
HT 018 - Marcheurs du Val de Verne de Péruwelz	FFBMP	15
HT 060 - Le Roitelet	FFBMP	15
HT 076 - Les Marcheurs Van Gogh	FFBMP	14
NA 051 - Les Godasses de Fraire	FFBMP	13
HT 006 - Club Pédestre Ecureuil de Châtelet	FFBMP	12
HT 014 - Marcheurs de la Police de Jume	FFBMP	12
HT 019 - Les Gratte-Pavés	FFBMP	12
HT 062 - Les Trouvères club de marche	FFBMP	12
HT 011 - Les Marcheurs du XII de Marcinelle	FFBMP	11
HT 065 - Les Aigles de Bellecourt	FFBMP	10
HT 075 - Mont-Marche Tournai	FFBMP	10
BBW 018 - Police de Bruxelles-Section Marche	FFBMP	9
HT 009 - Les Traîne-Savates Montignies s/Sambre	FFBMP	9
HT 048 - Les Roteus Waibiens	FFBMP	9
HT 053 - Les Agasses Charleroi	FFBMP	9
NA 030 - 1000 Pattes - Philippeville	FFBMP	9
BBW 016 - Les Marcheurs du Hain	FFBMP	8
HT 031 - Les Tatanes Ailées Epinois	FFBMP	8
HT 043 - Les Ropieurs	FFBMP	8
HT 070 - Marching Team Saint Gabriel	FFBMP	8
HT 010 - Les Marcheurs Ransartois	FFBMP	7
FFRP 00710 Douai Marche	FFRP	6
HT 023 - Les Oursons en Balade	FFBMP	6

Club	Fédération	Participants
HT 074 - Liberchies Sports et Loisirs	FFBMP	6
NA 016 - Batteurs de Cuir Dinant	FFBMP	6
NA 028 - Les Bergeots	FFBMP	6
O163 WSV Egmont Zottegem	Aktivita	6
HT 045 - Les Péleux - Châtelaineau	FFBMP	5
HT 050 - Les Vaillants Acrenois	FFBMP	5
NA 001 - Footing Club Fosses	FFBMP	5
O105 Scheldestappers Zingem	Aktivita	5
O135 Padstappers Geraardsbergen	Aktivita	5
B358 De Heidetochten Kester-Gooik	Aktivita	4
HT 034 - Trotteurs su'l roc - Beaumont	FFBMP	4
HT 046 - La Godasse Faytoise	FFBMP	4
HT 067 - Les Hurlus en Balade	FFBMP	4
HT 069 - Les Randonneurs du Haut-Escaut	FFBMP	4
HT 083 - Les Tchots de Gosselies	FFBMP	4
O150 WSV De Reynaertstappers Belsele-Sinaai	Aktivita	4
O196 WSV Land Van Rhode	Aktivita	4
W009 WSV De Moedige Wandelaars Beernem vzw	Aktivita	4
W012 WSK Marke vzw	Aktivita	4
W089 Heuvellandstappers	Aktivita	4
W245 WSV De Brigandtrotters	Aktivita	4
W256 Warden Oom Stappers	Aktivita	4
W412 Kreketrekkers Kortemark	Aktivita	4
BBW 017 - Amicale Marcheurs Indépendants	FFBMP	3
BBW 032 - Section Marche Police de Jette	FFBMP	3
FFRP 04040 Bon Pied Bon Ciel Béthune	FFRP	3
HT 004 - Les Amis de la Nature Ath	FFBMP	3
HT 026 - Les Marcheurs Sonégiens	FFBMP	3
O007 Vlaamse Ardennen Marcheers Ronse	Aktivita	3
O087 WSV De Sportvrienden vzw	Aktivita	3
O103 Florastappers Gent vzw	Aktivita	3
O233 Hanske De Krijger Oudenaarde	Aktivita	3

Club	Fédération	Participants
W100 WSVJ Nacht Van Vlaanderen Torhout vzw	Aktivita	3
A093 WSV Ibis Puurs vzw	Aktivita	2
B025 De IJsetrappers Overijse vzw	VWF	2
B033 Singelwandelaars Strombeek-Bever	Aktivita	2
B038 De Pajotten Hekelgem	Aktivita	2
B061 WSV De Lustige Wandelaars Merchtem	VWF	2
B252 WSV De Hopbelletjes Opwijk	Aktivita	2
B427 Lennikse Windheren	Aktivita	2
BBW 007 - Les Roses Noires	FFBMP	2
BBW 053 - Police Walkers	FFBMP	2
HT 038 - Le Marabout - Gilly	FFBMP	2
HT 085 - Les Pestèleûs	FFBMP	2
LG 109 - Club de Marche des Charmilles-Xhoffraix	FFBMP	2
NA 009 - Wallonia - Namur	FFBMP	2
NA 040 - Les Castors des Comognes de Vedrin	FFBMP	2
NA 052 - Les Djâles d'Anhée ASBL	FFBMP	2
O003 WSV De Lachende Wandelaars vzw	Aktivita	2
O034 Omloop Kluisbergen vzw	Aktivita	2
W061 WSV Wervik	Aktivita	2
W180 De Witsoone Stappers Krombeke	Aktivita	2
W207 Gezinswandelclub Nooit Moe Boezinge	Aktivita	2
W330 WSV De Molenstappers Ruiselede	Aktivita	2
Club Cyclo La Chappelle Elouges		2
Les Randonneurs Transfrontaliers		2
A006 Bosgeuzen - Voorkempen	VWF	1
A017 WSV De Ranstuilen Ranst vzw	VWF	1
A038 De Noorderkempen Hoogstraten	VWF	1
A056 Merksemse Wandelclub De Stroboeren vzw	Aktivita	1
A333 't Wyngaerttreintje Antwerpen	Aktivita	1
B042 WK Werchter vzw	VWF	1
B161 RWK De Morgenstond Humbeek	Aktivita	1
BBW 045 - Les Amis de l'Argentine	FFBMP	1
BBW 048 - La Bruegelienne	FFBMP	1
HT 003 - Verdigym Collines Flobecq	FFBMP	1

Club	Fédération	Participants
HT 033 - Les Infatigables de Jumet	FFBMP	1
HT 051 - Les Marcheurs du Souvenir de Leuze	FFBMP	1
HT 054 - Vias Promeneurs Club	FFBMP	1
HT 081 - Les Joyeux Panards Farciennes	FFBMP	1
LG 048 - Noir et Blanc - Romsée	FFBMP	1
LUX 040 - Les Bourlingueurs du Sud	FFBMP	1
LUX 041 - Les Sabots de Godefroy	FFBMP	1
NA 018 - Marcheurs de l'Amitié Landenne	FFBMP	1
NA 026 - Les Culs de Jatte du Mauge	FFBMP	1
NA 054 - Marcheurs de "Hautes-Roches" - Dourbes	FFBMP	1
NA 056 - La Caracole Andennaise	FFBMP	1
O063 WSV De Kadees Aalst	Aktivita	1
O091 Postiljon Wandelclub Merelbeke vzw	Aktivita	1
O107 Dwars Door Brakel	Aktivita	1
O116 De Wase Steinbockvrienden St.-Niklaas	Aktivita	1
O140 ATB De Natuurvrienden Deinze	Aktivita	1
O376 De Chatons Ronse	Aktivita	1
VB 018 De Bollekens Rotselaar	VVRS	1
W008 Wandelclub De Duinrappers Westende vzw	Aktivita	1
W059 Godelievestappers Ruddervoorde vzw	Aktivita	1
W078 Drevetrotters Zonnebeke	Aktivita	1
W276 De Margriete Stappers	Aktivita	1
W311 vzw De Nacht	Aktivita	1
W314 Sterreboosstappers Roeselare	Aktivita	1
W323 De Winkelse Stappers	Aktivita	1
HT 029 - Les Sans-Soucis - Ghlin	FFBMP	75
De Trikards		1
Individueels		130
Total		980

Le mot de la responsable des vêtements

Lors de chacune de nos marches, un stand « vêtements » est accessible à tous les membres. Nous vous y présentons des vêtements de bonne qualité :

Training	50,00 €
Sweat	20,00 €
Casquette	10,00 €
Coupe-vent	25,00 €

Si vous avez envie de vous « relooker », il vous est également loisible de me contacter soit par e-mail à l'adresse huguette.sanssoucis@hotmail.com, soit par téléphone au 0473 78 14 95. Nous fixerons un rendez-vous et, si je suis disponible, je vous accueillerai avec plaisir.

Soyez nombreux à venir visiter mon stand « vêtements », vous serez surpris !

Huguette.



Vous souhaitez boire un bon verre, servi avec le sourire, dans un endroit agréable ?

Le Mouligneau est la bonne adresse !

Sandro et Fady vous accueillent avec plaisir au

Café « Le Mouligneau »
Rue d'Erbiseoul, 1
7011 Ghlin

Ouvert du lundi au dimanche
de 10h30 à 20h30.
Tél : 0491 547373



Pour vos quotidiens, vos périodiques, votre lotto....

ANGELIQUE ET PIERRE

Vous accueillent avec le sourire.

Une seule adresse : Librairie **LIENARD**
AU PETIT BONHEUR LA CHANCE
Place de Ghlin, 7
7011 Ghlin



Ouvert du lundi au jeudi de 7h à 18h, le vendredi de 7h à 19h et le samedi de 7h à 18h.

FERME LE DIMANCHE.



Amicale de la Maison du Peuple de Wasmuël

1^{ère} Marche gourmande et familiale

Le 21 août 2011

Départ de la Maison du Peuple de Wasmuël à 10h

Arrivée pour 12H

Frais de participation pour la marche et le repas 10€

Réservation au 0478 47.32.16

DIMANCHE 25 SEPTEMBRE 2011

Balade gourmande à QUEVY

Au profit de l'association qui réalise les rêves d'enfants gravement malades.

MAKE A WISH

8 km avec 6 escales gourmandes (artisans-traiteurs de la région) et animations musicales....

39 euros/adultes et 20 euros/enfant- de 12 ans, boissons comprises.

Réservation indispensable jusqu'au 25 août sous réserve de places disponibles

M. MALENGREAU.

0471/64 51 61 après 17H30

Ou coq24@hotmail.com

Site : www.labaladegourmande.e-monsite.com



ETUDE ETYMOLOGIQUE DE LA COMMUNE DE GHLIN.

Plusieurs hypothèses existent quant à l'origine du nom du village :

- les Celtes auraient donné son nom au village : Ghlin semble dériver du terme celtique *Glyn* ou *Gwlin* qui s'est maintenu en Écosse et en Irlande, et qui désigne une hauteur ou une vallée boisée ;
- un étymologiste, faisant dériver *Gellini-acum* (nom originel de Ghlin) des mots *gelida-aqua*, pense que ce mot signifie endroit aux eaux froides, à cause des nombreuses sources qui y prennent naissance.
- le nom de Ghlin pourrait venir de *Gellin* et de *Gallinum* et signifie « village où on élève des poules », *gallina*, *ae* signifiant « poule » en latin.

Vers la fin du XIXe ou du début du XXe siècle, les Ghlinois ont été surnommés en patois local **les coupeux d'artoiles (« les coupeurs d'orteils »)**. Ce surnom, trouverait son origine dans une violente dispute entre deux voisins du village. A un moment de la discussion, l'un des deux protagonistes aurait levé sa pelle et l'aurait violemment plantée en terre. Ce faisant, il aurait coupé le bout de la botte et le gros orteil de son vis-à-vis.

Extrait du livre « LA REGION DE MONS-BORINAGE - UN MIROIR DANS L'HISTOIRE ».

Raymond G.W. MAHIEU.

INTERNET WIKIPEDIA GHLIN.

JEAN.

Les Sans-Soucis Ghlin



Marche d'Automne
Dimanche 2 octobre 2011





5 - 10 - 21 - 30 - 42 km

HT029



Herfsttocht
Zondag 2 oktober 2011

Lieu de départ et d'arrivée : Salle de Gymnastique - Parc Communal 7331 Baudour		Start en aankomstplaats : Gymnasietiekzaal - Gemeentepark 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 bouillante.		Het traject volgt grotendeels de Bossen van Baudour en Stambruges. Voornaamste bezienswaardigheden: het golfterrein van Baudour, de papiermolen, zandgroeven, de kapel van Erconpuch (boom met nagels), de kolkende fontein.
Accès : En voiture : Autoroute E19 : Bruxelles - Paris Sortie n° 25 : direction Tertre Fléchage « Marche ». En train : Gare de Saint-Ghislain + navette gratuite (☎ 0477 869519)		Te bereiken : Met de auto : Autoweg E19 : Brussel - Parijs Uitrit nr 25 : richting Tertre Pijlen « Marche » volgen. Met de trein : Station van Saint-Ghislain + gratis pendel (☎ 0477 869519)
Heures de départ : 5 et 10 km de 08:00 à 15:00 21 km de 08:00 à 13:00 30 km de 08:00 à 11:00 42 km de 08:00 à 09:00 Heures d'arrivée : au plus tard à 17:00 Permanence FFBMP / IVV de 09:00 à 17:00 Frais d'inscription : Estampille 0,75 € et badge 3,80 €		Starturen : 5 et 10 km van 08:00 tot 15:00 21 km van 08:00 tot 13:00 30 km van 08:00 tot 11:00 42 km van 08:00 tot 09:00 Aankomsturen : ten laatste om 17:00 Permanentie FFBMP / IVV van 09:00 tot 17:00 Inschrijvingskosten : Afstempeling 0,75 € en badge 3,80 €

Organisateurs responsables / Verantwoordelijke organisatoren :

Président / Voorzitter :	0477 510254	Jean Primosig - 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 de 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 cercle 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 de 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 kring 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'agrégation : HT / 080 / DA