



Piésente



BP 70409 - 80004 AMIENS CEDEX 1
N° SIRET : 448 360 719 000 18 - Code APE : 926 C - Agrément J & S n° D-80-S-449
site : www.piesente.fr courriel : contact@piesente.fr Tél.: 03.22.95.61.14

Programme du 4^{ème} trimestre 2011

« La marche est le meilleur remède pour l'homme. » Cette phrase, a été supposément prononcée par Hippocrate il y a deux mille ans !

AJOUT SEPTEMBRE :

- ★★★ **Dimanche 25:** *Un pied dans la Somme, trois dans le Pas de Calais.* Acc. Édith.
Env. 33 km – RV 8h45, église derrière le château de **Marieux - Montplaisir** (30 km N. par D11).
Beaux paysages, hommage au tortillard, un coucou dans le beauchêne.. Repas tiré des musettes lors de petits arrêts réguliers mais courts.

OCTOBRE :



- Samedi 1er:** *Découverte, initiation à la marche nordique.* Acc. Édith.
Sortie d'env. 2 heures (échauffement, rando, étirements compris).
RV 9h00, halle du parc du **Grand Marais** (rue du grand marais/Gutenberg) à **Amiens** (Ouest).
N'oubliez pas vos bâtons ! Renseignements : 03 22 43 71 93.

- Dimanche 2:** *Paris Chic et Pop.* Randonnée organisée par le *Godillot Familial*. **Sortie en car.**
Acc. Stéphane. **Inscription avant le 28 septembre 2011, les pré-inscrits étant prioritaires jusqu'au 15 septembre.**
RV parking de la cité scolaire, Bd de St Quentin, à **Amiens** à **07h00**, retour vers 19h30. Repas libre (tiré du sac ou au restaurant). Circuit d'env. **13 km permettant de découvrir les lieux du roman et les monuments du centre de Paris** (possibilité de visiter les musées du Louvre, d'Orsay, de Cluny gratuitement). **Prix : 15 € pour les adhérents, 20 € pour les non adhérents.**



- ★ **Lundi 3:** 12 km – RV 13h45, église de **Molliens aux Bois** (14 km N.). Acc. Roger.
★ **Mercredi 5:** 12 km – RV 8h45, église de **Paillart** (35 km S.). Acc. Jean.

Samedi 8:



- Découverte, initiation à la marche nordique.* Acc. Édith.
Sortie d'env. 2 heures (échauffement, rando, étirements compris).
RV 9h00, église de **Vaux en Amiénois** (10 km N.). **Apporter vos bâtons** : une autre façon de marcher
Renseignements : 03 22 43 71 93.

Et aussi :

- ★ 12 km – RV 13h45, ferme d'Antan à **Creuse** (12 km O). Acc. Didier.
★★ **Dimanche 9:** 15 km – RV 8h30, église de **Thieulloy la Ville** (33 km S. O.). Acc. Élisabeth.
RV covoiturage 7h45 parking Leclerc Salouel
★ **Lundi 10:** 12 km – RV 13h45, église de **Remiencourt** (17 km S.). Acc. Jean Jacques.

Octobre suite :



Mardi 11 : Rendez vous avec la lune.

10 km – RV **19h00**, église de **Glisy** (9,5 km S.E.) Acc. Stéphane.

Pique-nique tiré du sac lors d'une pause d'une demi-heure, si la météo le permet.

Se munir d'une lampe de poche.



★ **Mercredi 12**: **12 km** – RV **8h45**, église d'**Estrées sur Noye** (13 km S.). Acc. Didier.

★★ **Dimanche 16** : **14 km** – RV **8h45**, église de **Flesselles** (14 km N.). Acc. Vincent.

★ **Lundi 17**: **12 km** – RV **13h45**, église de **Hangard** (19 km S.E.). Acc. André P.

★ **Mercredi 19**: **13 km** – RV **8h45**, mairie de **Montagne Fayel** (27 km O.). Acc. Christian.

★★ **Dimanche 23**: **13,7 km** – RV **8h45**, salle polyvalente d'**Estrées sur Noye** (13 km S.). Acc. Jean Marie.

★ **Lundi 24**: **13 km** – RV **13h45**, terrain de sport de **St Vaast en Chaussée** (12 km N.O.). Acc. Roger.

★★ **Mercredi 26**: **13,5 km** – RV **8h45**, église de **Vaire sous Corbie** (21 km E.). Acc. Viviane.



★★ **Dimanche 30**: *attention horaire d'hiver (- 1 heure)*

14 km – RV **8h45**, rues proximité église de **Ville sur Ancre** (25 km N.E. par D929). Acc. Stavros.

★ **Lundi 31**: **12 km** – RV **13h45**, église d'**Oresmaux** (16 km S.). Acc. Pierre.



NOVEMBRE :

★ **Mercredi 2**: **12 km** – RV **8h45**, église de **Remiencourt** (17 km S.). Acc. Jean.

★★ **Dimanche 6**: **12 km** – RV **8h45**, église de **Lahoussoye** (16 km N.E.). Acc. Viviane.

★ **Lundi 7**: **11,5 km** – RV **13h45**, église de **Toutencourt** (22 km N.E.). Acc. Roger.



Mardi 8: *Rendez vous avec la lune.*

10 km – RV **19h00**, église de **Grattepanche** (13 km S.) Acc. Stéphane.

Pique-nique tiré du sac lors d'une pause d'une demi-heure. *Se munir d'une lampe de poche.*

★ **Mercredi 9**: **13 km** – RV **8h45**, église de **Souplisicourt** (35 km S.O.). Acc. Jean Claude.

Dimanche 13:

★★ **14 km** – RV **8h45**, église de **St Gratien** ((13 km N.E.). Acc. Vincent..

★★★ **Notre Dame de Brebières. 22 km** – RV **8h45**, parking à 100 m de l'entrée de la gare d'**Albert** (30 km N.). Acc. Édith.
En-cas tiré du sac au cours des petits arrêts courts et réguliers et repas tiré du coffre si suite à la rando. vous souhaitez vous cultiver en visitant le musée « l'épopée de l'industrie et de l'aéronautique ».

★ **Lundi 14**: **12,5 km** – RV **13h45**, église de **Mirvaux** (15 km N.E.). Acc. Jean.

★★ **Mercredi 16**: **12 km** – RV **8h45**, ferme de **Creuse** (12 km O.). Acc. Alain.



Vendredi 18: Assemblée Générale. RV à partir de 18h45, salle des Provinces, Rue de l'Ile de France à Amiens.

Une convocation est jointe à ce programme.

N'hésitez pas à faire acte de candidature pour un poste d'administrateur.

Venez nombreux et si vous ne pouvez y participer, il vous est possible de vous faire représenter par un(e) autre adhérent(e).

★★ **Dimanche 20:** 13,5 km – RV 8h45, place de l'église/mairie de **Hamelet** (18 km E. par D1). Acc. Stavros.

★ **Lundi 21:** 12 km – RV 13h45, cimetière de La Madeleine à **Amiens**. Acc. André P.

★★ **Mercredi 23:** 13 km – RV 13h45, église de **Fresnoy au Val**, (20 km O.). Acc. André.

Dimanche 27:

★★ **13,5 km - RV 8h45**, place/église de **Moreuil** (20 km S.E.). Acc. Elisabeth.
RV covoiturage 8h10 parking Leclerc Salouël.

★★★ **Les 124 pommes d'Api.** Env. 35 km – RV 8h45, parking face à l'église de **Raincheval** (23 km N.). Acc. Édith.
Repas tiré du sac. Petits arrêts courts et réguliers. Un grand bol d'air pour une bonne forme durant la semaine !

Lundi 28: En vue de préparer le programme du 1^{er} trimestre 2012, la réunion des animateurs se tiendra
Salle Dewailly n° 2, Amiens, à 18h.

Présence vivement conseillée, les présents ayant priorité pour le choix des dates. Il est demandé aux animateurs de veiller à n'oublier aucune indication sur les fiches de proposition de randonnée. **Toute personne souhaitant proposer une sortie mais n'ayant jamais accompagné un groupe à Piésente est cordialement invitée à prendre contact avec Stéphane.**

Pour la réunion des administrateurs, un ordre du jour sera envoyé.

★ **Lundi 28:** 12 km – RV 13h45, place devant mairie de **Caix** (31 km E.). Acc. Pierre.

★ **Mercredi 30:** 13 km – RV 8h45, château de **Namps au Mont** (18 km O.). Acc. Christian.

DÉCEMBRE :

Samedi 3: **Montmartre la nuit.** (Randonnée organisée par le Godillot Familial).

Sortie en car. Acc. Elisabeth. **Inscription avant le 2 novembre 2011.**

RV parking de la cité scolaire, Bd de St Quentin, à **Amiens** à 12h45, retour vers 1h00. Repas libre (tiré du sac ou au restaurant). Circuit d'env. **10 km** permettant de découvrir le site montmartrois. **Et possibilité de se rendre sur le marché de Noël des Champs Élysées** (par le métro, descendre à la station Champs Élysées Clémenceau). **Prix : 15 € pour les adhérents, 20 € pour les non adhérents.**



Dimanche 4:

★★ **14,4 km – RV 8h45**, parking salle polyvalente à côté de l'église de **St Sauflieu** (13 km S.). Acc. Jean Marie.

★★★ **Vallée de la Somme.** Env. **30 km** – RV 8h45, salle des fêtes et monument aux morts d'**Aubigny** (15 km O.). Acc. Édith.
Repas tiré du sac. Petits arrêts courts et réguliers.

★ **Lundi 5:** **Bois Magneux.**

12,5 km – RV 13h45, bois Magneux en face du Paralet de **Cottenchy** (7 km S.). Acc. Jean Jacques.

★ **Mercredi 7:** 12 km – RV 8h45, église de **Bertangles** (10 km N.). Acc. Didier.

Décembre suite :



Vendredi 9: Rendez vous avec la lune.

10 km – RV **18h30**, devant le CRDP rue St Leu à **Amiens**. Acc. Stéphane.

Pique-nique tiré du sac lors d'une pause d'une demi-heure. Prévoir quelques euros pour une boisson réchauffante de saison dans un estaminet amiénois.

★★ Dimanche 11: **14 km** – RV **8h45**, église de **Villers Bocage** (10 km N.). Acc. Alain.

★ Lundi 12: **13 km** – RV **13h45**, salle polyvalente de **Beaucourt sur l'Hallue** (16 km N.). Acc. Roger.

★ Mercredi 14: **12 km** – RV **8h45**, parking de l'**Abbaye du Gard** (18 km O.). Acc. Jean.

★★ Dimanche 18: **14 km** - RV **8h45** , proximité église de **Baizieux** (19 km N. E. par D929) Acc. Stavros.

★ Lundi 19: **12 km** – RV **13h30**, église de **Bougainville**, (21 km O.). Acc. Elisabeth.



★★ Mercredi 21 : **15 km** – RV **8h45**, église de **Allonville**, (8 km N.E.). Acc. André P.

Dimanche 25 : le père Noël autorise les animateurs à faire relâche. Bon Noël à toutes et tous !!

★ Lundi 26: **12 km** – RV **13h45**, près du stade de **Blangy Tronville** (9 km E.). Acc. Pierre.

★★ Mercredi 28: **13 km** – RV **8h45**, église de **Bovelles** (13 km O.). Acc. Roger.

JANVIER :

Dimanche 8: *la galette des Rois*. Inscription sur le prochain programme.



« En cas d'alerte météo rouge ou orange, Piésente annule systématiquement les randonnées dont elle est l'organisatrice (alerte concernant la journée entière ou seulement une partie de celle-ci). Aucun animateur ni responsable ne sera présent sur le lieu de rendez-vous. »

Pour vous y retrouver dans les étoiles de Piésente !



- ★ Randonnée **tranquille** à l'allure de **3,5 à 4 km/h**
- ★★ Randonnée **vivifiante** à l'allure de **4,5 à 5 km/h**
- ★★★ Randonnée **plus tonique** à une allure **supérieure à 5 km/h**
- ★★★★ Randonnée **sportive** à l'allure d'environ **6 km/h**

La localisation du point de RV indiquée entre parenthèses est déterminée par rapport à Amiens.

Pensez au covoiturage, organisez vous par zone géographique !

Bonnes fêtes de fin d'année !