

Cul de
ASBL

Jatte du Mauge

Invitation

À de la

MARCHE & PLUS !

5360 NATOYE

Rue du Château d'Eau 31 (Centre sportif)

Dimanche

14 juin 26

de **06h00** à **15h00**

Fermeture à 19h00



	4	6	4
	12	20	15h
	30	12h	13h
	42	9h	
	50	8h	
Demier départ			

km

Poussettes

4*

6*

12*

20*

30*

42*

50*

Allure libre

*En chemin, sauf 4 et 6, nous proposons des sandwiches, des pâtisseries et des boissons à prix démocratiques.**

N'oubliez pas vos gobelets, merci.

* Données indicatives susceptibles d'adaptations en fonction de contraintes inattendues indépendantes de notre volonté

Inscription + estampille : 1 €/personne.

CONTACTS : NA026@ffbmbp.be

Site : **cjm-hamois.kalisport.com**

Président : **André Lenoir 0470 35 22 59**

Secrétaire : **Corinne Cambier 0473 73 89 49**

Info. : **Marcel Bonnechère 0486 82 82 80**



Marche placée sous le patronage de la Fédération Francophone Belge de Marches Populaires et de la FISP (IVV).

Le Club est assuré en responsabilité civile.

Il décline toute responsabilité vis-à-vis des marcheurs isolés.

L'inscription à la marche vaut certificat de bonne santé.

Merci de ne pas me jeter sur la voie publique.

Agrégation : 5/26/0401/FG

ASBL Cul de Jatte du Mauge

Informations / Circuits :Marcel Bonnechère 0486 82 82 80
Secrétaire :Corinne Cambier 0473 73 89 49
cjm-hamois.kalisport.com.....Na026@ffbmp.be



PRELUDE D'ETE – Parcours de 4 / 6 / 12 / 20 / 30 / 42 & 50 AU PAYS DU BOCQ

Le circuit de 4 km est entièrement accessible aux poussettes mais il y a localement des pentes de plus de 5%. Il parcourt les rues du village. Le 6 km s'écarte un peu des voiries. Les marcheurs pourront se reposer au Centre des Métiers d'Art « la Spirale ». L'exposition des artisans sera ouverte (4 EUR/p.).

Au départ du centre sportif, tous les circuits mettent le cap à l'ouest. Les 4 et 6 km bifurqueront rapidement. Après la traversée d'un bois, les marcheurs parcourent une route de campagne très peu fréquentée jusqu'à Senenne, petit hameau isolé. La route plonge vers le Bocq puis le traverse. Un chemin de campagne suit le cours d'eau sur la pente douce et dans les prairies de la rive gauche jusqu'à Spontin. Le premier poste de repos est installé dans le domaine de Vivaqua à l'entrée du village.

Les 30, 42 & 50 km traversent le village et poursuivent, d'abord rive droite puis rive gauche, le long du Bocq avant de monter fortement pour atteindre une crête qui offre de belles lignes de vue sur le relief du Condroz. A Dorinne, une des rues descendant de la rue d'en Haut, sur le versant exposé au sud, les amènent au deuxième poste de repos situé au cœur du village « d'en Bas ».

De ce poste, les 42 & 50 km, effectueront une boucle dans les bois de la rive gauche du Bocq pour revenir par la ligne de crête. Après une petite pause, les marcheurs repartent pour une deuxième boucle qui les fera franchir la crête, plonger dans la vallée en franchir la rivière pour découvrir les bois et cultures de la rive droite. Cette boucle se termine par un passage sur le Bocq et une longue remontée dans les bois vers Dorinne « d'en Haut » puis « d'en Bas ».

Ensuite, les 30, 42 & 50 km rejoignent Spontin via une autre ligne de crête sur un chemin de campagne, quasi sans dénivelé positif, entre les cultures.

De Spontin, il faut remonter, toujours sur des chemins de campagne fort peu fréquentés, sur Sovet – village perché sur une crête - et profiter du poste de repos. Les 20, 30 & 50 y parcourront une boucle avant de tracer, comme les 12 km, en toute tranquillité parmi les campagnes, pour rejoindre Natoye.

Merci de ne pas me jeter sur la voie publique.

ASBL Cul de Jatte du Mauge

Informations / Circuits :Marcel Bonnechère 0486 82 82 80
Secrétaire :Corinne Cambier 0473 73 89 49
cjm-hamois.kalisport.com.....Na026@ffbmp.be



QUI SOMMES NOUS ?

L'ASBL « Cul de Jatte du Mauge » (C.J.M.) rassemble des passionnés de la marche de loisirs depuis 1977.

Le club est affilié à la « Fédération Francophone Belge de Marche Populaire ». L'ensemble des clubs fédérés proposent environ 350 journées de marche par an (les samedis, dimanches voire en semaine) « L'Amitié par la marche » est sa devise.

Chacun, marcheurs, joggeurs et trailers, participe librement, à son rythme, selon ses envies et son humeur, sans esprit de compétition, dans le respect de l'autre, du patrimoine et de l'environnement naturel.

Les participants ont le choix entre des parcours fléchés de $\pm$ 4, 6, 12, 21 km. Certains clubs balisent des parcours de 30, 42, 50, 75 et 100 km.

Sauf rares exceptions, les marches fédérales se distinguent par la présence, régulière, de postes de repos présentant des boissons, sandwiches, snacks, pâtisseries ... à prix quasi coûtant comme la restauration que nous proposons à la fin des parcours. Lors des pauses, la convivialité et les liens d'amitié entre les membres s'expriment joyeusement.

Les « C.J.M. » organisent deux « journées de marche fédérale » - début février (max : 30 km) et mi-juin (max : 50 km). Nous nous investissons alors pour offrir les meilleurs services à plusieurs centaines de personnes, membres d'un club ou non. A ces occasions, les marches « prologues », moments conviviaux parmi d'autres, permettent d'organiser le bénévolat.

Par an, les « C.J.M. » organisent, un petit séjour à l'étranger, un voyage d'un jour et une quinzaine de marches en groupe.

Pour que le club puisse retrouver une présence plus significative dans la vie associative locale et concrétiser de nouvelles idées, il a besoin de votre enthousiasme. Nous vous accueillerons avec grand plaisir ... N'hésitez pas ...

Un T-shirt "club" est offert lors du 1^{ier} renouvellement de l'affiliation.

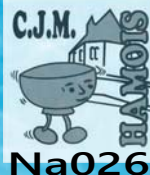
L'affiliation est de € **10** /an.

Merci de ne pas me jeter sur la voie publique.

Cul de
ASBL

Jatte du Mauge

Uitnodiging



Wandelen et meer !

5360 NATOYE

Rue du Château d'Eau 31 (Centre sportif)

Zondag

14 juni 26

van **06u00** tot **15u00**

Sluiting op 19u00

42	30	20	12, 6, 4
9h	12h	13h	15h
8h			
Dernier départ			

km

Kinderwagen

4 *	6 *	12 *	20 *
30 *	42 *	50 *	

Op uw eigen tempo

Aan de rustposten, bieden we broodjes, snacks, gebak, drankjes aan democratische prijzen.

Vergeet je bekera niet, dank je.

Inschrijving + stempel : 1 €/persoon.

* Indicatieve gegevens onder voorbehoud van aanpassingen volgens onverwachte beperkingen buiten onze controle

CONTACTEN : NA026@ffbmp.be

Site : **cjm-hamois.kalisport.com**

Voorzitter : **André Lenoir 0470 35 22 59**

Secretaresse : **Corinne Cambier 0473 73 89 49**

Info. : **Marcel Bonnechère 0486 82 82 80**



Permanentie FFBMP verzekerd van 9u tot 19u.
Wandelingen geplaatst onder het beschermheerschap van de FFBMP en de FISP (IVV).

De Club is in burgerlijke aansprakelijkheid verzekerd.

Hij aanvaardt geen enkele aanspraakelijkheid tegens de geïsoleerde wandelaars.

Inschrijving geldt als certificaat van goede gezondheid.

Gelieve niet op de openbare weg gooien.

Agréation : 5/26/0401/FG

ASBL Cul de Jatte du Mauge

Informations / Circuits :Marcel Bonnechère 0486 82 82 80
Secrétaire :Corinne Cambier 0473 73 89 49
cjm-hamois.kalisport.com.....Na026@ffbmp.be



ZOMERPRELUDE - Routes van 4 / 6 / 12 / 20 /30 / 42 & 50

IN HET LAND VAN DE BOCQ

Het parcours van 4 km is volledig toegankelijk voor kinderwagens, maar er zijn plaatselijk hellingen van meer dan 5%. Het loopt door de straten van het dorp. Het parcours van 6 km wijkt iets af van de wegen. Wandelaars kunnen uitrusten in het Centrum voor Ambachten "la Spirale". Een tentoonstelling is open (4 EUR/p.).

Vanaf het sportcentrum gaan alle routes in westelijke richting. De routes van 4 en 6 km splitsen zich al snel. Na het doorkruisen van een bos lopen de wandelaars over een rustige landweg naar Senenne, een klein afgelegen gehucht. De weg daalt af naar de Bocq en steekt deze over. Een landweg volgt de stroom van de rivier over de glooiende helling en door de weiden op de linkeroever tot aan Spontin. De eerste rustplaats bevindt zich op het domein van Vivaqua aan de ingang van het dorp.

De routes van 30, 42 en 50 km doorkruisen het dorp en volgen eerst de rechteroever en vervolgens de linkeroever van de Bocq, voordat ze steil omhoog gaan naar een heuvelrug die een prachtig uitzicht biedt op het reliëf van de Condroz. In Dorinne brengt een van de straten die vanaf de Rue d'en Haut naar beneden lopen, op de zuidhelling, hen naar de tweede rustplaats in het hart van het dorp "d'en Bas".

Vanaf dit punt maken de 42 en 50 km een lus in de bossen aan de linkeroever van de Bocq om vervolgens via de heuvelrug terug te keren. Na een korte pauze vertrekken de wandelaars voor een tweede lus die hen opnieuw over de heuvelrug voert, waarna ze afdalen in de vallei en de rivier oversteken om de bossen en akkers aan de rechteroever te ontdekken. Deze lus eindigt met een passage over de Bocq en een lange klim door de bossen naar Dorinne "d'en Haut" en vervolgens "d'en Bas".

Vervolgens komen de 30, 42 en 50 km via een andere heuvelrug op een landweggetje, vrijwel zonder hoogteverschil, tussen de akkers door in Spontin terecht.

Vanuit Spontin moet u weer omhoog, nog steeds over rustige landweggetjes, naar Sovet – een dorpje op een heuvelrug – waar u kunt genieten van een rustplaats. De routes van 20, 30 en 50 km maken daar een rondje voordat ze, net als de route van 12 km, rustig door het platteland naar Natoye lopen.

Gelieve niet op de openbare weg gooien.