

L'EDITORIAL DU PRESIDENT

Novembre : mois du bilan 2003, mois des objectifs 2004, le meilleur mois pour renouveler ou prendre sa licence !

Côté bilan, les premiers sentiers sont inscrits au PDIPR, ils sont juridiquement corrects. L'entretien de ces sentiers est assuré, c'est d'ailleurs un aspect bien mal connu du public qui n'imagine pas que ce formidable travail reste l'œuvre des bénévoles. Un immense merci à Guillaume, notre salarié, qui a œuvré pendant 18 mois sur le sujet PDIPR. Il vient de quitter la région et nous lui souhaitons bonne chance dans son nouvel emploi.

Les différentes fêtes de la randonnée favorisent de façon attractive la découverte des différents territoires de la Côte d'Or. Notre participation au Loisirscope permet d'approcher l'ensemble des visiteurs de la nature et des chemins et par voie de conséquence nous fait mieux connaître.

La formation qui est une priorité est parfaitement décrite ci-après dans ce bulletin.

Côté avenir, nous souhaitons renforcer notre communication. En plus de la permanence

assurée par notre salariée, notre site Internet et le présent bulletin, nous envisageons de mettre en place un mini salon de la randonnée au printemps prochain en partenariat avec la MJC des Bourroches et dans ses locaux. Cette association est en effet la 50^{ème} adhérente au CDRP et la 40^{ème} association adhérente à la FFRP en Côte d'Or.

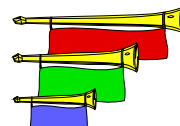
Un petit « bémol » concernant le bulletin, il pourrait ne paraître que deux fois par an. Plus que le coût c'est le manque de disponibilité des quelques membres du CDRP qui écrivent les articles qui en est la cause principale !

Toutefois cela ne remet pas en cause cette belle dynamique, aujourd'hui possible grâce aux nombreux bénévoles qui s'investissent pour notre comité. Ils sont heureux de vous accueillir dans nos stages de formation, au cours de nos manifestations, sur les salons et ont en plus le plaisir de vous rencontrer sur les chemins de Côte d'Or qu'ils ont contribué en partie, à entretenir et à baliser.

Bonnes randonnées à tous...

Claude Barouel

ASSEMBLEE GENERALE DU CDRP



17
MARS
2004

Une date à ne pas oublier.
Tous les licenciés sont
conviés.

Renseignez-vous dès février
pour connaître lieu et heure.

PLEIN R ET COMPAGNIE

*Une marque et un véritable
engagement écologique !*

La FFRP a apporté, aux côtés de Sympatex, toutes ses compétences en matière de randonnée, pour la création de la marque "Plein R & compagnie". La marque Plein R et Compagnie reverse 2% de son chiffre d'affaires pour l'entretien du patrimoine des chemins de France.

DATES A RETENIR

23 JANVIER AU 25 JANVIER 2004
LOISIROSCOPE

Dijon, Parc des Expositions

20 ET 21 MARS 2004

1^{ER} MINI SALON DE LA RANDONNEE

DIJON - MJC BOURROCHES

Exposition, Rencontre avec des auteurs,
conférences, salle multimédia... ENTRÉE GRATUITE

16 mai 2004

JOURNEE PROMOTION
DE LA RANDONNEE

20 juin 2004

JOURNEE NATIONALE
DE LA RANDONNEE

Nord du pays BEAUNOIS

Septembre étant le premier mois de l'année 2004 en terme de licences FFRP, je vous propose quelques lignes pour un premier bilan et échange avec vous les licenciés.

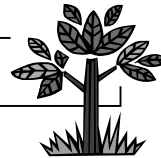
Qui sont nos licenciés, combien sont-ils ? En 2003, 1467 sont partis à la découverte des sentiers, 802 femmes et 665 hommes. Nous comptons 74 moins de 20 ans et 15 plus de 80 ans.

D'où viennent-ils ? 39 associations ont fait le choix de marcher sous les couleurs de la FFRP. D'autres sont en train de monter un dossier d'adhésion, 2004 sera sans doute encore un bon cru. Aujourd'hui, la dernière des trois manifestations 2003 est bouclée et ce fut un succès pour la MJC de Montbard (+ de 300 personnes dont 90 des centres d'aide par le travail - CAT), étaient présentes pour partager la journée sur les sentiers avec cyclos, VTT et cavaliers.

En préparation : Pour 2004, nous prévoyons sensiblement les mêmes manifestations, pour faire découvrir la randonnée et le CDRP au plus grand nombre. Vous-même avez votre place dans cette tâche de communication. Faites partager à vos amis non licenciés les bons moments que vous avez passés sur les sentiers.

Un mini salon de la randonnée est en train de prendre forme, il se tiendra dans les locaux de la MJC des Bourroches. Nous essayons d'en faire un point fort, où tous les acteurs de ce sport ou passe-temps pourraient être présents les 20 et 21 mars. Les journées de promotion en mai et départementale en septembre sont en 2004 inscrites au calendrier en tenant compte de la fête des mères et des journées du patrimoine.

André Dedieu. Commission communication



Sentiers inscrits au nouveau PDIPR (Plan Départemental des Itinéraires de Promenade et de Randonnée)

Catégorie I (intérêt départemental) : sentier Jean Marc Boivin - sentier Bibracte-Alésia - sentier Vougeot-Cîteaux (divin) - Chemin des Grands Crus de Chenôve à Santenay - Tour des Lacs de l'Auxois - Marche à l'Etoile.

Catégorie II (intérêt local) : 2 sentiers portés par la Communauté de Communes de Vitteaux : circuit des Myrads & tour des roches de Saffres.

Leur tracé sur fond de carte au 1/50000 peut être consulté sur le site Internet de Côte d'Or Tourisme : www.Cotedor-tourisme.com (cliquez sur "goût de la vie", puis un site à votre service, puis sur "plan du site", ensuite sur "randonnées pédestres", "choix de l'itinéraire", enfin sur zoom "partie").

Sentiers entretenus ou surveillés par le CDRP 21 : actuellement environ 1300 km

- les GR (350 km environ)
- les sentiers de catégorie I inscrits ou non (environ 670 km)
- les sentiers de catégorie II pour lesquels une convention a été passée avec le CDRP : (environ 270 km) actuellement sentiers du Pays Châtillonnais, les sentiers de la communauté de communes de Seurre, les variantes passant par Saulieu du Tour du Morvan , le sentier de Menessaire.

Les itinéraires nouveaux :

- le sentier des Hérons : entre le réservoir de Grobois et Civry-en-Montagne. 11 km environ balisés en jaune et vert, jaune, vert.
- prolongement du Chemin des grands Crus : balisé couleur lie de vin du Clos Vougeot à l'embranchement du GR 76 (avant Pommard) et de Chassagne-Montrachet à Santenay. En plus du balisage à la peinture, pose de plaque avec la grappe caractéristique (comme pour la route des Grands Crus) de la poste de Chenôve à la gare de Santenay (83 km mais grandes possibilités de fractionnement de l'itinéraire grâce aux bus et aux trains) (voir site de Côte d'Or Tourisme pour le tracé)

Modifications d'itinéraires :

Toujours effectuées dans le but d'éviter de traverser des parcelles privées.

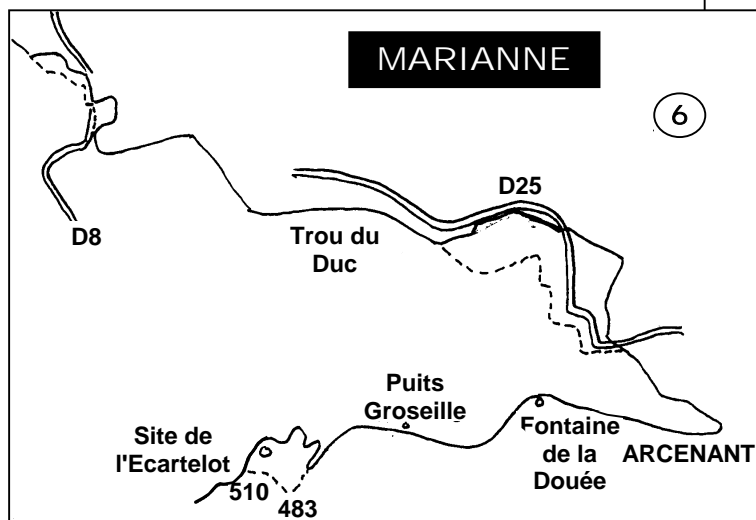
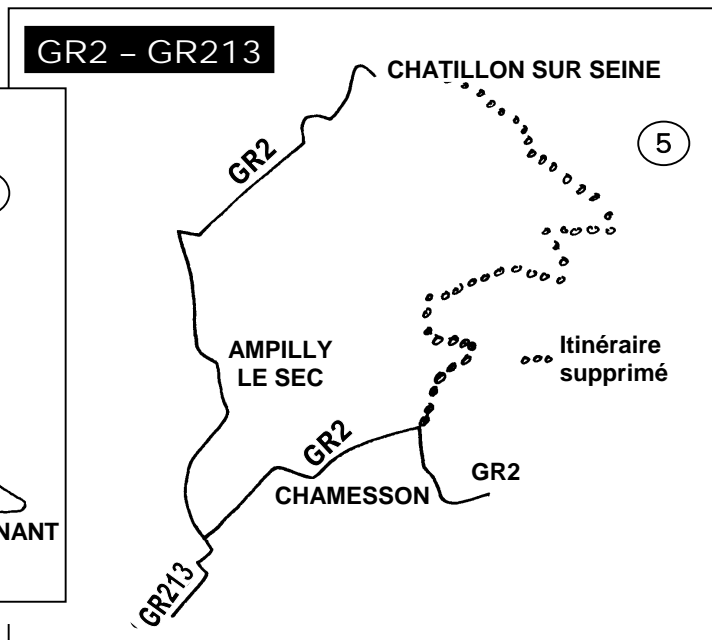
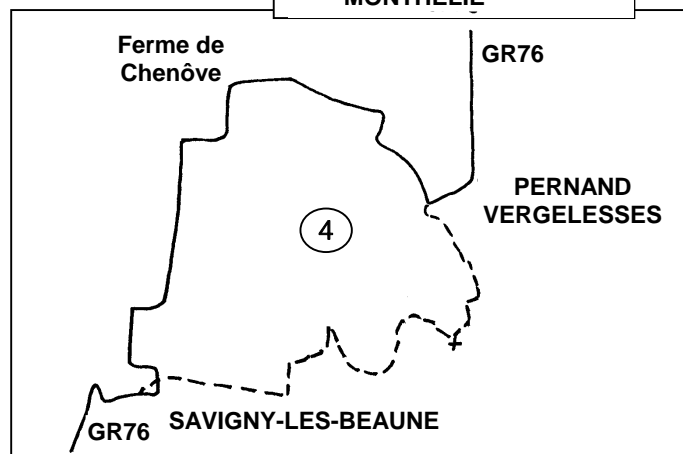
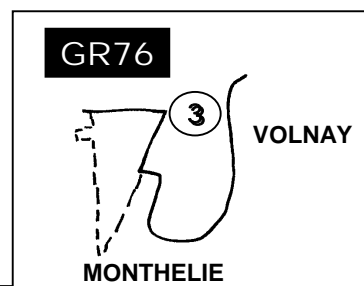
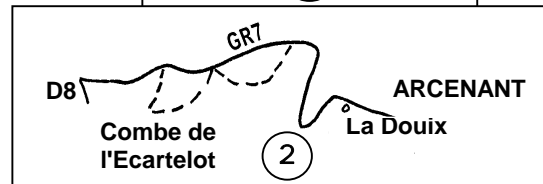
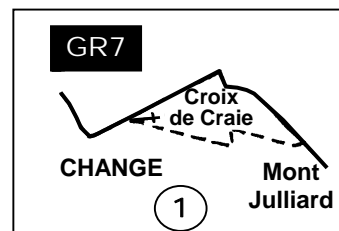
- - - - ancien parcours
- nouveau parcours

(Schéma des modifications ci-contre et ci-dessous).

Modification N° 5 : suppression de l'ancien GR2 de Chamesson à Châtillon-sur-Seine.

Amélioration de la signalétique : Pose de 10 poteaux avec flèches directionnelles sur les 2 GR de liaison entre le GR 7 et le GR 76 au sud du Département (aux intersections de sentiers balisés).

Réalisation Beaune Randonnée – Financement CDRP 21.



DES FORMATIONS POUR LES RANDONNEURS

La formation est l'une des vocations du CDRP 21. Elle apparaît, dans un environnement en perpétuelle évolution, comme indispensable pour faire face aux défis de l'avenir et aux besoins de nos adhérents. Le programme que nous avons établi pour 2004 essaie de prendre en compte les attentes essentielles de nos associations et de leurs animateurs.

Les stages habituels sont reconduits ou renforcés. Il en est ainsi du **stage d'initiation à la randonnée et à la vie associative**, qui est la voie d'accès au Brevet Fédéral et du stage de baliseurs, essentiel pour assurer l'entretien de nos sentiers. Parallèlement le Comité a souhaité prendre en compte les problèmes liés à la sécurité en proposant dès la fin de l'année une **formation sur la sensibilisation aux gestes de premiers secours (AFPS)**, adaptée à la pratique de la randonnée pédestre, avec l'aide d'un formateur de la Protection Civile. Le cursus complet d'un animateur breveté peut donc se dérouler à présent entièrement en Bourgogne. Enfin un **stage portant sur la connaissance de notre patrimoine rural** est mis au programme en 2004.

Nous poursuivrons par ailleurs les formations ponctuelles, qui ont rencontré un réel succès, auprès des associations fédérées qui souhaitent renforcer les compétences de leurs animateurs ou de leurs dirigeants, par rapport à la pratique d'une activité de plus en plus encadrée juridiquement.

Vous trouverez ci-contre le programme de nos formations pour la fin de l'année et pour l'année 2004 où nous aurons le plus grand plaisir à vous accueillir.

La Commission Formation

A noter dès aujourd'hui
Randonnée pédestre d'automne 2004 à
Plombières-les-Dijon le 5 septembre

Circuits fléchés 15, 20 et 7km.
Organisation "les Cyclotouristes
Bourguignons". Renseignements :
Régis Dourneau 03-80-56-58-60
ou courriel regis.dou@infonie.fr.
Pus de détails au bulletin de printemps.

FORMATIONS 2003-2004

FORMATIONS ORGANISÉES PAR LE COMITÉ DÉPARTEMENTAL CÔTE D'OR

Renseignements et inscriptions
au 03-80-63-64-60
Courriel : cdrp21@wanadoo.fr



Découverte du patrimoine rural
3 et 4 avril 2004 - Saint Romain
Stage ouvert en priorité aux animateurs.



Premiers secours en randonnée (AFPS)
13 et 14 décembre 2003 - Dijon
4 et 5 décembre 2004 - Dijon

(L'AFPS est un pré-requis pour se présenter au brevet fédéral). Stage encadré avec la participation d'un formateur de la Protection Civile.



Initiation au balisage
26 et 27 mars 2004
Grancey-le-Château



**Initiation à la cartographie,
l'orientation et la vie associative**
13 et 14 mars 2004 - Nolay
8 et 9 mai 2004 - Nolay
(Ce stage est obligatoire
pour se présenter au brevet fédéral)

FORMATIONS ORGANISÉES PAR LE COMITÉ RÉGIONAL BOURGOGNE

Renseignements et inscriptions
au 03-80-30-38-64
Courriel : jean.lalouette@free.fr

Journée des formateurs
8 novembre 2003 - Dijon



**Sensibilisation
à la randonnée hivernale**
27 et 28 mars 2004.
Le Haut Cret - Jura



Brevet fédéral d'animateur
5 au 12 juin 2004
Le Meix-de-Chaloux - Nièvre
Pré-requis : AFPS, Stage initiation,
avoir plus de 18 ans.

TELETHON 2003 A VITTEAUX

Marche pour le téléthon du canton de Vitteaux le samedi 6 décembre 2003

St-Thibault, Velogny, Marcilly, Ste-Colombe-en-Auxois. Marche relais ouverte à tous de 26 km environ. 5 étapes.

1^{ère} étape : St-Thibault, ferme des Thillots, mont Myard, Vitteaux 7,5 km. Départ St-Thibault 8 h, arrivée Vitteaux 9h 45, place du 8 mai (ravitaillement et petite collation).

2^{ème} étape : Vitteaux, Marcilly/Vitteaux 3 km. Départ Vitteaux place du 8 mai à 10h, arrivée Marcilly à la mairie à 10h45.

3^{ème} étape : Marcilly/Vitteaux, Ste-Colombe-en-Auxois 5,5 km. Départ de Marcilly (mairie) 11h, arrivée Sainte-Colombe à la mairie à 12h30. **Pique-nique dans une salle chauffée**, repas tiré du sac.

4^{ème} étape : Ste-Colombe, Velogny 4 km. Départ de Sainte-Colombe 13h 30 (mairie) arrivée Velogny à la mairie à 14h 30.

5^{ème} étape : Velogny, St-Thibault 6 km via Saucy, le canal ou Maison-aux-Moines. Départ Velogny à 14h 45 (mairie) arrivée St-Thibault à 16h 15 environ.

PETITE RECEPTION à l'arrivée (vin chaud, spectacle). **Prévoir** : bonnes chaussures, vêtements chauds et imperméables. Chacun peut choisir son étape ou plusieurs étapes à la suite. Pour tous renseignements concernant ces randonnées et cette journée : animateur F.F.R.P., Patrick Mignot, 03 80 49 60 98 ou E-mail : auxoisrando@yahoo.fr

Bienvenue et merci à tous les randonneurs qui se joindront à cette journée.

DES ABRIS POUR LES JOURS DE PLUIE

Coordonnées UTM WGS 84 (GPS) d'entrées de grottes pouvant accueillir des randonneurs les jours de pluie, à l'heure du casse-croûte.

0636.770 / 5243.866 Roche Aiguë. Ancy.
0647.800 / 5233.975 Grotte de Brochon
0647.664 / 5227.800 Grotte. Chambolle
0638.294 / 5223.283 Trou du Duc. Arcenant
0606.119 / 5295.509 Grotte de la Baume. Balot
0618.929 / 5268.137 La Douix. Darcey
0628.062 / 5202.569 Creux de Viré. Beaubigny
0639.828 / 5224.240 Grotte de Chevannes
0648.745 / 5246.465 Grotte de Bonvaux. Daix
0638.041 / 5240.671 Grotte. Fleurey sur Ouche
0647.353 / 5231.477 Grotte de Judry. Gevrey
0639.697 / 5245.125 Cave au Loup. Lantenay.
0627.699 / 5214.567 Grotte du Maquis. Lusigny
0646.684 / 5222.921 Trou Léger Nuits St Georges
0635.398 / 5229.151 Roche Chèvre. Ternant.
0631.015 / 5232.955 Tebsima. Saint Victor
0641.165 / 5250.009 Les Cèlerons. Pasques.
0625.268 / 5205.007 La Cozanne Vauchignon.
0624.548 / 5203.735 Les Mineurs. Vauchignon
0643.685 / 5239960 Notre Dame Etang. Velars.

PROTEGEZ VOS SENTIERS DE RANDONNEES

Sans vous aujourd'hui, les générations futures ne pourront plus sillonner notre pays hors des routes ! Le CDRP travaille sans cesse avec les propriétaires des terres traversées pour obtenir ou conserver, mètre par mètre, les droits de passages des promeneurs et randonneurs car : les SENTIERS NE SONT PAS LA PROPRIETE DE TOUS. Adhérez et faites adhérer à la FFRP pour donner de la force à notre travail. Ensemble, nous pouvons défendre vos promenades et circuits favoris, obtenir la signature de conventions VOUS autorisant à les parcourir..

Ce bulletin est le vôtre. Envoyez-nous vos informations : manifestations, activités, nouvelles des sentiers...etc. Prochaine parution : printemps 2004. Adressez vos documents au CDRP 21. (De préférence sur disquette, zip, par mail ou à défaut, texte tapé à la machine).

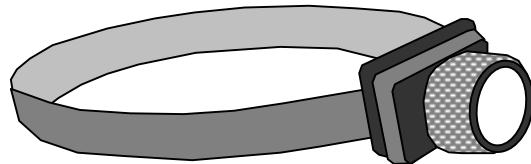
L'AUTOMNE ARRIVE, SORTEZ VOS LAMPES

Toujours utile, indispensable quand la nuit tombe tôt et qu'un retard pose rapidement de graves soucis, la lampe est une compagne indispensable du

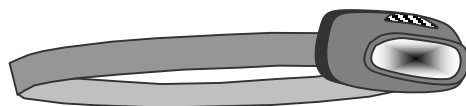
Une mini torche légère en fond de sac peut s'avérer une première solution. Mais choisissez de préférence une lampe frontale laissant les mains libres pour tenir la carte ou les bâtons. Les modèles proposés sont aujourd'hui innombrables et la fourchette de prix varie sur une vaste étendue. Dernières-nées, les frontales à diodes se retrouvent souvent sous différentes marques et dans différents réseaux de distribution, magasins de sports ou de matériaux. Le prix d'un même modèle pouvant alors varier du simple au double : pensez à regarder du côté des bricoleurs.

Les ampoules. On en dénombre plusieurs types. Aux modèles traditionnels s'ajoutent les ampoules au krypton ou mieux encore halogènes. Incontestablement plus puissantes mais dévoreuses d'énergie, elles imposent l'achat de piles alcalines de bonnes marques. Une lampe équipée d'ampoule halogène permet une marche de nuit dans de bonnes conditions et le repérage facile des balises de sentiers.

Inversement, les nouvelles ampoules à diodes sont très économiques en électricité. Mais le faisceau lumineux beaucoup moins puissant les rend délicates en utilisation de randonnée. Elles conviennent parfaitement pour la vie sous la tente ou au refuge où la portée n'est pas primordiale.



Frontale traditionnelle à pile plate. Puissance et autonomie



Mini frontale à diode. Légèreté, économie de piles



Les piles. Le type d'alimentation déterminera la durée de l'éclairage. Les modèles utilisant seulement 2 piles LR6 gagnent en poids, mais l'autonomie est souvent ridicule (sauf avec les diodes), surtout avec l'utilisation d'ampoules halogènes. Si vous voyagez à l'étranger, attention aux lampes fonctionnant à l'aide de piles plates, pratiquement introuvables en dehors de nos frontières. Pour gagner du poids, préférez les piles alcalines des meilleures marques. Certes, leur prix est souvent dissuasif, mais vous n'aurez pas besoin de doubler les réserves. Par temps très froid, elles sont aussi souvent les seules à garder une efficacité satisfaisante.



L'ALTIMÈTRE DE RANDONNÉE

Un instrument mal connu mais pourtant fort utile lors



Si la carte et la boussole permettent de se situer dans le plan horizontal, la carte et l'altimètre permettent de le faire dans la 3ème dimension. Combiné avec la carte et la boussole, il est un instrument de mesure précieux et précis pour le randonneur. Il doit être protégé de l'humidité, des chocs et du gel.

C'est un baromètre qui donne en lecture directe la pression atmosphérique (traduite en mètres), le baromètre "domestique" la donne en lecture corrigée. La pression atmosphérique est fonction du poids de l'air en un endroit donné par rapport au poids de l'air à l'altitude 0 pris comme référence.

La lecture sur le cadran d'un altimètre est en continue variation, même en restant au même endroit. En déplacement, ces variations peuvent être dues aux changements d'altitude et/ou aux changements de conditions météo, se combinant en + ou en -. Pour ces raisons, **il doit être le plus souvent possible "recalé" à un point coté identifié** (col, sommet, point coté...) et ce, quel que soit le type d'appareil, mécanique ou électronique. C'est un gage de fiabilité et de sécurité.

En poste fixe, utilisé en baromètre :

- l'altitude "**monte**" = régime de basse pression (dépression), **tendance au mauvais temps**. Plus la variation est rapide et importante, plus le changement de temps est imminent (**orage**...).



- l'altitude "**baisse**" = régime de haute pression (anticyclone), tendance au beau temps. Dans cette situation il est intéressant de faire le parallèle entre les variations de l'altimètre et l'environnement météo (nuages, vent,...) pour se faire une expérience de prévision de changement de temps.

Il ne faut pas non plus oublier que la précision affichée par l'appareil ne correspond pas forcément à la précision véritable de la mesure. Un altimètre économique peut afficher l'altitude au mètre près... avec 50m d'erreur possible.

L'altitude donnée par un GPS n'est pas l'altitude par rapport au niveau de la mer (0 dans le Vieux Port de Marseille pour la France. Pour la Suisse la référence est la Pierre de Niton près du jet d'eau de Genève à 373,6 m.), mais une hauteur ellipsoïdale : distance entre le point considéré et le pied de la normale à l'ellipsoïde. La différence entre les 2 types de références pouvant être importante (10 mètres, éventuellement plus). Si la réception GPS est faite avec 5 satellites la précision devient satisfaisante et souvent supérieure à celle de l'altimètre irrégulièrement recalé. Mais elle reste soumise à certaines contraintes complexes et à la bonne réception des satellites.

André COUTIER.