

# Périodique 3

**TRIMESTRIEL**  
**22 septembre 2023**



Premier 100 km de Michel Maigrié,  
toutes nos félicitations  
Peut-être un prélude  
à un Paris-Tubize ou un Saint-Jacques de Compostelle

**<http://cercle-marcheurs-saive.be>**  
**BE95 0680 6360 6058 Cercle des Marcheurs de Saive 4030 Grivegnée**

# Les membres du conseil d'administration

	<b>Président</b>	Serge PIRAUX	Rue de la Clef, 40 4633 Melen 04/377.38.21 <a href="mailto:piraux.serge@gmail.com">piraux.serge@gmail.com</a>
	<b>Vice-Président</b> Local matériel	Hubert MULLER	Place de la Concorde, 12 4671 Saive 04/362.23.89
	<b>Secrétaire</b>	Marie-Line UYTTEBROECK	R. au Puits de la Mine, 18 6630 Martelange 0486/835.491
	<b>Trésorière</b>	Nathalie NICOLAY	Clos des Farfadets, 27 4020 Wandre 04/370.22.39
	<b>Affiliations/Assurances</b> Contact intranet de gestion	Albert BARBIER	Av. J. Wauters, 62 4610 Beyne-Heusay 0475/613.506
	<b>Adjoint Secrétaire</b>	Marc COLLINET	R. au Puits de la Mine, 18 6630 Martelange 063/602.825
	<b>Adjointe assurances</b>	Marie-Claire PIRSON	Rue des Priesses, 334 4400 Flémalle (MLL) 0475/370.064
	<b>Editeur périodique</b>	Daniel VOETS	Rue des Priesses, 334 4400 Flémalle (MLL) 0472/477.791
	<b>Gestion vêtements</b>	Denis FRAIKIN	Rue Cohy, 5 4671 Saive 0478/557.889
	<b>Hors comité</b> Gestion du site internet	Christian DENOISIEUX	

# Vous trouverez dans ce numéro

Sommaire .....	3
Le mot du président .....	4
Rappel cotisations 2024 .....	5
Comptes rendus des réunions du comité .....	6 à 8
Bienvenue/Anniversaires .....	9
Nos marches en 2024 .....	10
Clubs présents à la Sylvatienne .....	11 à 13
Coin des longues distances .....	14
Agenda .....	15
Modifications dans le calendrier FFBMP .....	16
Au sein du club .....	17 à 18
Euro-club .....	19 à 20
L'île aux corsaires .....	21
Bulletins d'affiliation .....	22 à 23
Utiliser des bâtons ? .....	24

# Le mot du président

Après notre balade du 15 aout, dans les alentours de l'abbaye du Val dieux guidée de main de maitre par Michel, Nicole et moi-même, le repas et l'après-midi se sont déroulés agréablement sous un soleil de saison. Quel plaisir de vous retrouver après des moments difficiles.

Quelques jours après la balade, Armand me fit part de son souhait de quitter le comité, après de nombreuses années passées à différents postes : secrétaire, responsable du périodique et également de l'habillement, il a tiré sa révérence. Nous ne pouvons que le remercier pour son dévouement, 27 ans dans le comité, un bail. Nous espérons encore compter sur lui et cela pendant de nombreuses années.

Pour reprendre son travail au sein du comité, Denis s'est proposé pour la gestion des vêtements et Daniel accompagné de Marie Claire s'occuperont du journal du club. Bon vent à vous trois. Pour le journal n'hésitez à les contacter pour leur donner vos idées et des articles à l'occasion. De nouvelles plumes sont les bienvenues.

Pour les activités du club quel plaisir de se retrouver, lors du dernier verre de l'amitié à Moresnet. Nous étions environ 45, une grande table à coté de notre fanion, le lien social est une chose très importante et l'amitié qui en découle ne peut qu'apporter des moments de joie dans la vie du club. Dans un mois et demi nous serons à pied d'œuvre pour accueillir les marcheurs qui nous feront le plaisir de nous rendre visite. Dès à présent des équipes travaillent déjà à la préparation de notre marche, les dénicheurs de circuits. Dans cette équipe Michel s'implique afin de décharger Daniel de ce travail . Ils seront deux pour superviser tous les circuits lors de nos marches. Merci à eux deux.

Et nous comptons sur vous tous, le travail ne manque pas pendant le week-end de notre marche de l'Armistice.

On dit que le bonheur n'est pas au bout du chemin, il est le chemin !  
Bonne randonnée à toutes et tous

Serge



# Rappel cotisations 2024

La cotisation est payable :

soit sur le compte du Cercle

soit en liquide chez la trésorière ou un membre du comité

soit par Euro-club

Elle est de 7,5 € par année pour les membres effectifs ou sympathisants.

Elle est de 6,25 € pour les enfants de - de 12 ans au 1er janvier de l'année considérée.

**Il est recommandé de payer le renouvellement de la cotisation au Club Shop, lors de la Marche de l'Armistice (début novembre) afin d'être en règle d'assurance au 1er janvier 2024.**

La cotisation 2024 est offerte aux membres qui auront travaillé +/- 8 heures sur l'ensemble des 2 journées d'organisation de la Marche de l'Armistice 2023. Se présenter au Club Shop pour acter le renouvellement de l'inscription au Cercle. **Le 30/11/2023 est la date limite pour se réaffilier sous le régime de la cotisation offerte (voir CR réunion du Comité du 12/12/2011).**

Suite au nouveau système d'assurance (suppression des timbres et remplacement par une carte annuelle) la réaffiliation à la FFBMP peut se faire, via internet, à partir du 1er décembre 2023, par le Responsable Affiliation. Je demande aux membres qui ne se seraient pas mis en règle à la Marche de l'Armistice, de régler leur cotisation le plus rapidement possible et au plus tard pour le 20 décembre 2023 en vue d'être en règle d'assurance au 1er janvier 2024 (attention, 20 décembre = cotisation sur le compte du club. Prévoir de 1 à 5 jours de délais si vous êtes chez Belfius ou non). Passé le 20 décembre, l'assurance au 1er janvier n'est pas garantie. Pour ceux qui s'affilient après cette date, l'assurance n'est garantie qu'après réception de la cotisation et, pour les nouveaux membres, du numéro de matricule de la FFBMP.

## **Paiements activités Club :**

Lors du paiement sur le compte du cercle et afin de faciliter le travail comptable ainsi que le contrôle de celui-ci, je vous demande de **payer chaque activité séparément**. De plus, dans la communication, bien inscrire les noms et prénoms des personnes pour qui ce paiement est fait.

## **Assurance «perte de salaire» :**

A renouveler **avant le 1er décembre 2023**, pour l'année 2024 (du 1er janvier au 31 décembre)

La prime est de 3,72 € pour une indemnité journalière de **9,92 € maximum**.

**N.B.:** l'indemnité journalière est limitée au montant de la perte de revenu.

La Trésorière et le Responsable affiliation

## **COMPTE-RENDU DE LA RÉUNION DE COMITÉ DU 23 JUIN 2023**

**Présents :** Hubert Muller, Marie-Line Uyttebroeck, Nathalie Nicolay, Armand Denoisieux, Albert Barbier, Marc Collinet, Daniel Voets, Marie-Claire Pirson, Denis Fraikin

**Excusé :** Serge Piraux

**1. Approbation du précédent compte-rendu :**

- Le compte-rendu de la réunion du 02/06 est approuvé.

**2. Organisation de la Sylvatienne :**

- Les divers points de l'organisation sont discutés :
  - personnel,
  - arrangement salle et remise en ordre,
  - parcours : de légères adaptations sont à faire,
  - parkings disponibles,
  - commandes,
  - contrôles,
  - matériel,
  - etc.

**3. Balade et barbecue du 15 août :**

- Les formulaires d'inscription seront établis très bientôt et en fonction des informations reçues de la part de Serge

**4. Vêtements :**

- Armand commandera des t-shirts à manches longues ainsi que de nouvelles vestes « soft shell ».

**5. Prochaine réunion : le 01/09/23 à 20h00 dans la salle sud au rez-de-chaussée, bloc B.**

UYTTEBROECK Marie-Line  
Secrétaire

# **COMPTE-RENDU DE LA RÉUNION DE COMITÉ DU 1 SEPTEMBRE 2023**

**Présents :** Serge Piraux, Hubert Muller, Marie-Line Uyttebroeck, Nathalie Nicolay, Albert Barbier, Daniel Voets, Marie-Claire Pirson, Marc Collinet, Denis Fraikin

## **1. Approbation du précédent compte-rendu**

- Le compte-rendu de la réunion du 23/06 est approuvé.

## **2. Démission d'Armand Denoisieux**

- Le comité prend acte de la démission d'Armand Denoisieux.
- La gestion du club-shop sera reprise par Denis Fraikin.
- La rédaction du périodique du club sera reprise par Marie-Claire Pirson et Daniel Voets.

## **3. Bilan de la marche la « Sylvatienne »**

- Nous avons réalisé un bénéfice d'environ 1 600 €.
- Résultats du débriefing :
  - heures de départ trop tardives pour les petites distances étant donné la chaleur annoncée,
  - tables inscriptions et scanning à installer de telle manière que le flux des participants soit fluide,
  - quelques plaintes car pas de toilette sur les parcours,
  - parcours trop durs (mais la chaleur accablante est probablement la cause de beaucoup de déboires),
  - boissons pas toujours fraîches dans les contrôles,
  - manque de nourriture à certains contrôles,
  - idée : désigner une personne responsable pour chaque contrôle,
  - idée : les personnes dans les contrôles proches de la salle devraient peut-être assurer le ravitaillement de ceux-ci,
  - denrées périssables non consommées dans les contrôles à ramener à la table alimentation en fin de journée,
  - verres fournis par le brasseur dans un état de saleté déplorable,
  - certaines boissons fournies par le brasseur impropres à la consommation,
  - rangement et nettoyage à faire à chaque poste en fin de journée.

## **4. Bilan de la journée barbecue le 15/08**

- Les participants étaient un peu à l'étroit.
- Peu d'espace à l'extérieur.
- Nourriture excellente et bien préparée.

## **5. Prologue du 30 septembre**

- Il sera demandé à Michel Maigrié de guider les 42 km, Daniel guidera les 21 km. Pour les 12 et les 8 Km, Daniel se renseignera auprès des membres du club. Les 4 km seront guidés par Serge Piraux.
- Serge demande qui serait libre pour aider à arranger la salle pour le repas d'après prologue, le vendredi vers 19h.
- Serge se renseigne pour trouver un barman le jour du prologue.

- Nous fixons les prix pour l'inscription au buffet fromages.
6. **Car du 22 octobre à Leuze-en-Hainaut**
    - Serge se renseigne quant à la possibilité d'avoir un guide pour la visite du château de Beloeil.
  7. **Verre de l'amitié du 17 septembre à Moresnet**
    - Nathalie sera présente à partir de 9h30 pour accueillir les membres du club et membres sympathisants.
  8. **AG provinciale**
    - Serge et Albert se rendront à l'AG provinciale.
  9. **Marche de l'Armistice**
    - Une liste sera établie avec le personnel à contacter pour les deux jours d'organisation de notre marche.
    - Trouver une solution pour la soupe, étant donné que Maria laboni et Vita Minasola ne seront pas présentes. Serge se renseigne.
    - Nous referons comme l'année dernière, des œufs et du lard dans les sandwiches.
  10. **Balade de fin d'année**
    - Nous cherchons une salle à prix abordable : Housse, salle l'Espoir ???
  11. **Assurances**
    - Serge a demandé un code pour Marie-Claire Pirson et pour lui-même afin de pouvoir accéder au site FFBMP des assurances.
  12. **Car de 2 jours en 2024**
    - La marche à Gérardmer est proposée le week-end du 20 et 21 juillet 2024.
  13. **Banquet 2024**
    - Le banquet se fera à la salle de la Jeunesse à Housse.
    - Les offres en notre possession seront analysées.
  14. **Prochaine réunion** : le 22/09/23 à 20h00 dans la salle sud au rez-de-chaussée, bloc B.

UYTTEBROECK Marie-Line  
Secrétaire



# Bienvenue

Bienvenue aux nouveaux membres :

Paquay Alain, de Soumagne  
Liegeois Françoise, de Wandre  
Neybuch Valérie, de Saive  
Oschmann Didier, de Saive  
Lallemand Christine, de Saive  
Oschmann Dimitri, de Saive

et bienvenue aux sympathisants :

Colette Marc, d'Alleur  
Lopez Eva, d'Alleur

Accueillons avec enthousiasme et convivialité nos nouveaux amis.  
Souhaitons leur beaucoup de joie et de plaisir lors de nos activités diverses,  
et surtout sur les circuits.

# Anniversaires

## OCTOBRE

le 2 Frederick Raymonde  
le 11 Chagnon Marie Claude  
le 18 Costa Franco  
le 19 Franckart Véronique  
le 19 Sorce Marguerite  
le 23 Genot Jean-Claude  
le 27 Hausoul Marie  
Maigrié Michel  
le 30 Fontana Franca  
le 31 Mawet Liliane

## NOVEMBRE

le 2 Sternon Claudine  
le 3 Hubert Micheline  
le 5 Gallo Giuseppe  
le 6 Bourdouch Jacqueline  
Paridans Michel  
le 12 Gillet Richard  
le 16 Villers Josiane  
le 18 Henry Marie Jennifer  
le 19 Pirson Marie-Claire  
Voets Daniel  
le 24 Hontoir Michel  
le 25 Stapelle Philippe  
le 26 Peree Roger

## DECEMBRE

le 1 Lempereur Julie  
le 3 Graeven Caroline  
Elifoglu Canan  
le 4 Jolis Francis  
le 7 Brusca Maria  
le 10 Fairon Marie-Louise  
le 11 Huynen Michaël  
le 12 Backes Nathalie  
le 15 Nicolay Nathalie  
le 16 Vanoorschot André  
le 20 Di Luzio Aurélie  
le 21 Pinsart Marc  
le 23 Sammali Anna  
le 28 Smette Michele  
Keydener Mary  
le 29 Gauer Stephan



# Nos marches 2024

06 janvier	Martelange - Saive	135 km en groupe	Départ 10 h 30
06 juin	Marche guidée	12 km	Départ 10 h, café La Capsule (Saive)
06 juillet	La Sylvatienne	55 - 43 - 20 - 10 - 5	Départ 6 h, salle Le Mess (caserne)
16 septembre	Marche guidée	15 km	Départ 10 h
09 novembre	Marche de l'Armistice	40 - 30 - 21 - 12 8 - 4 km	Départ 6 h, salle Le Mess (caserne)
10 novembre	Marche de l'Armistice	21 - 12 - 8 - 4 km	Départ 7 h, salle Le Mess (caserne)

Evidemment n'oublions pas nos Balades du 15 août ainsi que la balade de fin d'année et n'oublions pas non plus nos circuits permanents 23 - 8 et 6 km

## RAPPEL POUR LES MARCHEURS DE LONGUES DISTANCES (42 km et plus):

Je vous rappelle que vous devez me signaler vos marches longues distances afin que je puisse les publier dans un tableau dans le périodique.

Merci de me les envoyer par mail [dvdroopy@gmail.com](mailto:dvdroopy@gmail.com), soit par courrier postal :  
[Voets Daniel rue des Priesses, 334 à 4400 Flémalle \(MLL\)](#)

et ce pour le **18 décembre** au plus tard.

Indiquez la date de la marche, la localité de départ, la distance parcourue.

N'oubliez pas de signer votre envoi

### 6 janvier 2024



## Martelange Saive 135 km

# Clubs présents à La Sylvatienne

Cercle Royal des Marcheurs de SAIVE  
LG 013 IVV 001  
3ème Marche de Jour "La Sylvatienne"

Samedi 8 Juillet 2023

		<u>43 - 20 - 10 - 5 Km</u>	<u>Total:</u>	783 Participants dont 7 Enfants
1	LG 041	Les Pantouflards de Wihogne	37	
2	LG 063	La Royale Godasse Oupeye	36	
3	LG 176	Mortier c'est l'Pied	31	
4	LG 066	Les Trafteux - Housse	30	
5	LG 136	Les Amis du Tumulus	27	
6	LG 144	Les Roteux di houssaie - Beyne-Heusay	25	
7	LG 042	Marcheurs du Fort de Battice	24	
8	LG 033	Amis Marcheurs Fraipont	20	
	LG 093	Amis Marcheurs Ivoz	20	
10	LG 011	Les Bruyères en Marche de Jupille	19	
11	LG 103	Marcheurs Alliance Warsage	18	
12	LG 050	Les Gais Lurons - Mélen	17	
13	LG 138	Les Corsaires de Sart-lez-Spa	16	
14	LG 048	Noirs et Blancs - Romsée	13	
15	LG 013	Cercle Royal des Marcheurs de Saive	12	
	LG 083	Bott-in d'Esneux	12	
	LG 112	Pomona Trotters - Welkenraedt	12	
18	LG 015	Les Compagnons de St Hubert	11	
	LG 142	Stavelot Marche Club	11	
20	LG 003	Les Piquants - Herve	10	
	LG 185	les Pieds Montois	10	
22	LG 178	Club Marcheurs Jalhay	9	
23	LG 031	Les Goé-lands	8	
	LG 082	S.C.M.L. Mammouth	8	
	LG 183	Al Vile Cinse Berneau	8	
26	LG 059	Les Roubaleûs Seraing	7	
	LG 137	Les Marcheurs du Geer	7	
	LG 157	Les Claps Sabots Pousset	7	
29	LG 109	Club de Marche des Charmiles - Xhoffrais	6	
	LG 135	Les Hermallis	6	
	LG 167	les Castors de Berneau	6	
	L 2027	W.S.V. Dragonders Hasselt v.z.w.	6	
33	LG 018	Club Marcheurs "Playa Trott"	5	
	LG 044	Les Marcheurs des Echos de la Méhaigne	5	
	LG 174	Les Amis du Henry Fontaine Grand Hallet	5	

**Cercle Royal des Marcheurs de SAIVE**  
**LG 013** **IVV 001**  
**3ème Marche de Jour "La Sylvatienne"**

**Samedi 8 Juillet 2023**

<u>43 - 20 - 10 - 5 Km</u>			<u>Total:</u>	<b>783 Participants</b> dont 7 Enfants
36	LG 002	Club des Marcheurs des Hautes-Fagnes	<b>4</b>	
37	LG 020	Malmédy - Marche	<b>3</b>	
	LG 057	Marche Club Pépins	<b>3</b>	
	LG 107	Les Pinguins de Bellaire	<b>3</b>	
	WSVO 017	Wanderfalken Weyvertz	<b>3</b>	
	NA 026	Les Culs de Jatte du Mauge	<b>3</b>	
	NA 028	Les Bergeots	<b>3</b>	
	NA 036	Les Spirous de Jemeppe s/Sambre	<b>3</b>	
	NA 044	Les Fournans	<b>3</b>	
	NA 062	Les Marcheurs de l'Eau Noire	<b>3</b>	
	A 1046	De Bavostappers Zittaart	<b>3</b>	
	L 2045	W.S.V. de Schoverik v.z.w. Diepenbeek	<b>3</b>	
48	LG 023	Les Vaillants-Chatqueue - Seraing	<b>2</b>	
	LG 052	Les Marcheurs Franchimontois	<b>2</b>	
	LG 148	Les Spiroux	<b>2</b>	
	LG 160	Les Longs Pieds Antheitois	<b>2</b>	
	LG 179	Les Marcheurs du Coude à Coude	<b>2</b>	
	WSVO 008	Eifeler Wanderverein Hünningen/Büllingen	<b>2</b>	
	BBW 016	Les Marcheurs du Hain	<b>2</b>	
	HT 006	Club Pédestre Ecureuil de Châtelet	<b>2</b>	
	HT 031	Les Tatanes Ailées Epinois	<b>2</b>	
	HT 087	Les Bottines de Gerpinnes	<b>2</b>	
	LUX 034	Les Marcheurs de la Famenne	<b>2</b>	
	LUX 037	Marcheurs des Vallées Ourthe et Laval	<b>2</b>	
	LUX 042	Les Bottines Borquines	<b>2</b>	
	NA 015	Les Spartiates de Gembloux	<b>2</b>	
	NA 029	Les Spitants de Namur	<b>2</b>	
	NA 051	Les Godasses de Fraire	<b>2</b>	
	NA 063	Les Joyeux Lurons de Fernemont	<b>2</b>	
	A 1050	De Pompoenstappers Kasterlee vzw	<b>2</b>	
	B 4044	De Grashoppers Keiberg vzw	<b>2</b>	
	B 4518	De Witloofstappers en -trappers	<b>2</b>	
	L 2023	W.S.V. Wandelend Paal vzw	<b>2</b>	
	L 2028	W.C. Aviat Sint-truiden	<b>2</b>	
	L 2041	Torenvrienden Oostham	<b>2</b>	
	L 2052	Tongerse Wandelvrienden	<b>2</b>	
	L 2070	Berg & Boswandelaars Gravenvoeren (Fourons)	<b>2</b>	
	W 5345	De Waterhoekstappers HEESTERT	<b>2</b>	
	0 6999	Flanders Trail	<b>2</b>	
	0 9999	Wandelspoort Vlanderen	<b>2</b>	
	NL 0	Slenaken	<b>2</b>	
	NL 0	OLAT	<b>2</b>	
	GDL 087	Ardenner Freen Bigonville	<b>2</b>	
	GDL 0	Fédération Luxembourgeoise de Marche	<b>2</b>	
	D 0	Deutscher Volkssportverband	<b>2</b>	

**Cercle Royal des Marcheurs de SAIVE**  
**LG 013** **IVV 001**  
**3ème Marche de Jour "La Sylvatienne"**

**Samedi 8 Juillet 2023**

**43 - 20 - 10 - 5 Km**

**Total:**

**783 Participants**  
**dont 7 Enfants**

81	LG 010	Marcheurs de la Basse-Meuse Visé	1
	LG 017	Les Marcheurs Fouronnais	1
	LG 139	Club des Marcheurs de Bellevaux	1
	LG 186	Amicale Para Commando Liège	1
	LG 187	Les Ddyeux Solés	1
	LUX 008	Les Routheux Izel	1
	LUX 010	Les Djoyeux Gouvions Gouvy	1
	LUX 012	Arel's Club Marche Arlon	1
	LUX 041	Les Sabots de Godefroy	1
	NA 001	Footing Club Fosses	1
	NA 018	Marcheurs de l'Amitié Landenne	1
	NA 035	Les Kangourous de Falisolle	1
	NA 052	Les Djâles d'Anhée	1
	A 1037	WSV Neteland Duffel vzw	1
	A 1093	Wsv Ibis Puurs	1
	B 4001	De Leeuwerik Landen vzw	1
	B 4005	W.S.P. Heverlee-Leuven vzw	1
	B 4021	Trip-Trap Kuntich vzw	1
	B 4025	Ijsetridders Overijse vzw	1
	B 4041	Sporton vzw	1
	L 2003	De Sparrentridders	1
	L 2034	Wellense Bokkerijders	1
	L 2044	Blijf Jong Genebos	1
	W 5245	De Brigandtrotters	1
	NL 029	WSV De Veldlopers - Gulpen	1
	NL 0000	KWBN	1
	D 0	Wandergesellen Alt-Hürth 1991	1
	D 0	Wandelverein Seffern	1
109		Individuels	148



***53 ème marche de l'armistice***  
***Samedi 11 novembre 4-8-12-21-30-***  
***42 km***

***Dimanche 12 novembre 4-8-12-21 km***



# Le coin des longues distances

16 juin, Hamois, Les culs de jatte du Mauge, 100 km :  
Françoise Baltus, Marc Collinet

17 juin, Hamois, les culs de jatte du Mauge, 42 km : Jacques Poupier

24 juin, Liège, Ultra tour de Liège, 66 km : Marc Collinet

8 juillet, Saive, la Sylvatienne, 43 km : André Vanoorschot, Christian Meute

14 juillet, Binche, Les marcheurs de la police de Binche, 100 km :  
Marie-Line Uyttebroeck, Michel Maigrié, Marc Collinet, Christian Meute

16 juillet, Malmedy, Malmedy marche, 42 km : Marc Collinet

22 juillet, Couvin, Les marcheurs de l'Eau Noire, 50 km : Marc Collinet, Christian Meute

22 juillet, Xhoffraix, club de marche des charmilles, 42 km : Michel Maigrié, André Vanoorschot

23 juillet, Xhoffraix, club de marche des charmilles, 42 km : Marc Collinet

4 août, Zuidschermer (NL), De 100 van Leenghwater, 105 km : Marc Collinet

11 août, Bornem, Dodentocht kadee, 100 km : Marc Collinet

12 août, Oupeye, la godasse d'Oupeye, 42 km :  
Françoise Baltus, Marie-Line Uyttebroeck, Michel Maigrié, André Vanoorschot

19 août, Housse, Les Trafteus, 50 km :  
Marie-Line Uyttebroeck, Françoise Baltus, Marc Collinet, André Vanoorschot

24 août, Foglizzo, Associazione turistica Proloco di Foglizzo, 44 km : Marc Collinet

25 août, Foglizzo, Associazione turistica Proloco di Foglizzo, 42 km : Marc Collinet

26 août, Foglizzo, Associazione turistica Proloco di Foglizzo, 42 km : Marc Collinet

27 août, Foglizzo, Associazione turistica Proloco di Foglizzo, 42 km :  
Marie-Line Uyttebroeck, Marc Collinet

2 septembre, Hampteau, les Marcheurs de la Famenne, 60 km :  
Françoise Baltus, Marc Collinet

2 septembre, Hampteau, les Marcheurs de la Famenne, 43 km : Marie-Line Uyttebroeck

8 septembre, Tubize, les Roses Noires, 100 km : Françoise Baltus, Marc Collinet

9 septembre, Oignies en Thiérache, les Crayas du Thiry, 42 km : Christian Meute

# Agenda

30 septembre	Prologue 53e Marche de l'Armistice suivi d'un repas fromage
02 octobre	Prévision Périodique n° 3
06 octobre	Réunion comité
16 octobre	Assemblée générale Préparation de la Marche de l'Armistice
22 octobre	Voyage en car à Leuze-en-Hainaut (château de Beloeil)
27 octobre	Réunion Comité
29 octobre	Passage à l'heure d'hiver
11-12 novembre	53e Marche de l'Armistice
03 décembre	Voyage en car à Mönchen Gladbach, au retour marché de Noël Aachen
08 décembre	Réunion Comité
15 décembre	Prévision Périodique n° 4
17 décembre	Balade de fin d'année (sous réserve d'un voyage en car) Reprise des cartes 2023 et distribution des cartes 2024
1 janvier	Nouvel-An
12 janvier	Réunion Comité
9 février	Réunion Comité
19 février	A.G.S.
22 mars	Réunion Comité
31 mars	Pâques
1 avril	Lundi de Pâque
26 avril	Réunion Comité
9 mai	Ascension
17 mai	Réunion Comité
19 mai	Pentecôte
20 mai	Lundi de Pentecôte
31 mai	Réunion Comité
6 juin	Marche guidée
8 juin	Prologue
21 juin	Réunion Comité
30 juin	Prévision Périodique n° 2
19 août	A.G.S.
6 septembre	Réunion Comité
19 septembre	Marche guidée
20 septembre	Réunion Comité
2 octobre	Prévision Périodique n° 3
11 octobre	Réunion Comité
1 novembre	Réunion Comité
9 novembre	Marche de l'Armistice
10 novembre	Marche de l'Armistice
11 novembre	Armistice
6 décembre	Réunion Comité
15 décembre	Prévision Périodique n° 4
24 décembre	Noël

**SOUS RESERVE DE MODIFICATIONS ULTERIEURES**



# Modifications calendrier



## Agenda 2023

### Dernière(s) mise(s) à jour

**Dimanche 01 octobre 2023 – « BBW 031 » Road Runners Wavre**  
prévue le dimanche 26 février 2023 est reportée au dimanche 01 octobre 2023.  
Salle des Fêtes – Hôtel de Ville – Place de l'Hôtel de Ville, 1 – 1300 WAVRE

**Dimanche 01 octobre 2023 – « LG 052 » Les Marcheurs Franchimontois**  
Cette marche est bien organisée le dimanche 01 octobre et non le 24 septembre comme repris par erreur dans le Walking 2023 (édition papier)

**Dimanche 01 octobre 2023 – « LG 157 » Les Clap Sabots Pousset**  
Marche annulée au départ de Momalle (Remicourt)

**Samedi 07 octobre 2023 – « HT 028 » Les Marcheurs de la Sylle - Bassilly**  
Marche annulée au départ de Enghien (club démissionnaire)

**Dimanche 22 octobre 2023 – « NA 017 » Les Sangliers du Samson**  
Marche annulée au départ de Mozet (Gesves) (club démissionnaire)

**Dimanche 29 octobre 2023 – « HT 089 » El Bottine qui bique – Dour »**  
Place du Jeu de Balle – 7370 Wiheries

**Mardi 31 octobre 2023 – « HT 062 » Les Trouvères club de marche**  
Salle « Chez Nous » – Rue d'Audenarde, 36 – 7890 Ellezelles

**Samedi 18 novembre 2023 - La marche du club des Pénates su'l route « HT 090 »**  
prévue le dimanche 10 décembre 2023 est avancée au samedi 18 novembre 2023.  
Salle du Foyer – rue Emmanuel Jacquet, 40 – 6044 Roux

**Salle des Fêtes – Hôtel de Ville – Place de l'Hôtel de Ville, 1 – 1300 WAVRE**

**Samedi 18 novembre 2023 – « NA 044 » Les Fognans**  
Ancienne Gare – Chaussée de Dinant, 3 – 5530 Spontin

**Dimanche 19 novembre 2023 – « HT 076 » Les Marcheurs Van Gogh**  
Marche annulée au départ de Cuesmes (club démissionnaire au 31-12-2023)

**Samedi 09 décembre 2023 - La marche du club La Bruegelienne « BBW 048 »**  
prévue le samedi 16 décembre 2023 est avancée au samedi 09 décembre 2023.

**Samedi 16 décembre 2023 – « LG 181 » Les Marcheurs de la Magne Soumagne**  
Domaine du Bas Bois – rue Célestin Demblon, 125 A – 4630 Soumagne

**Dimanche 17 décembre 2023 – « HT 089 » El Bottine qui bique - Dour**  
Lire départ de 12 à 17 hr au lieu de 14 à 20 hr (Suite à une erreur dans l'agenda 2023)

**Dimanche 17 décembre 2023 – « LUX 000 » Comité Provinciale du Luxembourg**  
prévue le dimanche 16 avril 2023 est reportée au dimanche 17 décembre 2023.  
Départ : Chapiteau « Viva for Live » - Place des 3 Fers à 6880 Bertrix  
Arrivée : Ecole Fondamentale Spécialisée – rue de la Virée, 2 à 6880 Bertrix

Changement de lieu de départ (en blanc)

Marche annulée

Marche reportée ou mise à jour

Nouvelle marche

Marche modifiée



# Au sein du club



Ce vendredi 15 septembre, la commune de Blegny, représentée par Christophe Renery, a tenu à mettre à l'honneur notre vice-président Hubert Muller pour les 150.000 km effectués en 50 ans de marche au sein de notre club.

Nous nous sommes réunis à la caserne afin de remettre à Hubert entre autres, son diplôme, signé par le conseil communal, une coupe et un t-shirt et de lever notre verre à sa performance.



Encore toutes nos félicitations  
aux heureux mariés

*Merci*

UNE PENSÉE, UNE CARTE, UNE FLEUR,  
UN CADEAU, VOTRE PRÉSENCE..  
TOUT FÛT APPRÉCIÉ À L'OCCASION DE NOTRE MARIAGE.  
NOUS VOUS REMERCIONS DE TOUT CŒUR  
DE VOUS ÊTRE ASSOCIÉS À NOTRE BONHEUR.

**CHANTAL ET PASCAL**



Ce 17 septembre, chez les Playa-Trott à Monesnet. Notre trésorière Nathalie nous attendait à la salle pour offrir le verre de l'amitié à tous les membres du CRM Saive présent.



## Euros Clubs 2023

715,00

Situation au 17/09/2023  
NOM + Prénom

	€ Club	Vêtements					Balade 15/08	Repas 10/06	VC1 12/02	VC2 21/05	VC3 22/10	Repas 30/09	Cot	Reste (€)
		Polo	Tshirt	Sweat	Veste	Débard								
AMBROSOLI Josette	28,75												28,75	
ANDRIANNE Gaston	12,75												12,75	
BAAR Florence	1,75												1,75	
BACKES Christian	6,75												6,75	
BACKES Nathalie	29,25												29,25	
BARBIER Albert	83,50		15,00				20,00			15,00	2,00		31,50	
BAS Dieudonné	23,00						5,00						18,00	
BEAUMONT Thierry	12,75						12,75						0,00	
BOURDOUCH Jacqueline	12,50									12,50			0,00	
BOVY Clément	10,00						10,00						0,00	
CHECHINA Olga	1,50								1,50				0,00	
COLLINET Marc	72,50				28,25		21,50	7,75	15,00				0,00	
DELFIORE Muriel	1,75								1,75				0,00	
DELINAOU M Vassiliki	11,75		10,00										1,75	
DENOISIEUX Armand	32,50	13,00							15,00		2,00		2,50	
DESSART Francette	16,75											7,50	9,25	
DUPONT Anne	6,00						6,00						0,00	
DUSAUSOY Jean Marie	5,00												5,00	
FAIRON Marie-Louise	10,00												10,00	
FONTANA Franca	6,25												6,25	
FRAIKIN Denis	28,75												28,75	
FRANCKART Véronique	4,75												4,75	
FREDERICK Raymonde	0,50						0,50						0,00	
GABRIEL René	97,25					30,00	31,50				24,00		11,75	
GILLET Nicole	44,00												44,00	
GILLET Richard	18,50												18,50	
GODEFROID Joseph	9,25												9,25	
GODEFROID Noëlie	3,00												3,00	
HAAS Rose	22,00						5,00						17,00	
HAUSOUL Marie	30,25		20,00										10,25	
HENDRICKX Micheline	23,50												23,50	
HENRY Yves	1,50												1,50	
HONTOIR Michel	40,25					5,00			13,00	15,00			7,25	
HOURY Marie-Thérèse	8,50						8,50						0,00	
HUBERT Michèle	5,00												5,00	
HUGON Lisa	2,75								2,75				0,00	
HUGON Mégane	7,00												7,00	
HUYNEN Huguette	18,50												18,50	
IABONI Maria	22,50					2,50	20,00						0,00	
JOLIS Francis	7,75												7,75	
KEYDENER Etienne	48,50							40,00		8,50			0,00	
KEYDENER Ilona	9,50												9,50	
KEYDENER Marie	22,25									15,00			7,25	
KEYDENER Michelle	10,00									10,00			0,00	
KEYDENER Raymond	27,50		10,00							15,00			2,50	
KRZEWINSKI Walter	22,75											7,50	15,25	
LAVALLEE Jeanne	34,50							20,00		14,50			0,00	
LEMPEREUR Julie	9,00												9,00	
LEMPEREUR Ludovic	37,25	13,00	10,00										14,25	
MAIGRE Michel	0,75												0,75	
MALHERBE Noëlle	35,50	13,00			7,00								15,50	
MARECHAL Jean-Pierre	9,50		9,50										0,00	
MINASOLA Vita	16,25						1,25		15,00				0,00	
MOSSAY Hortense	21,50												21,50	
MOSSAY Marie-Rose	30,00					15,00			15,00				0,00	
MULLER Hubert	191,75		15,00		40,00	25,00	20,00	15,00	15,00	15,00	2,00		44,75	
NICOLAY Nathalie	1,25						1,25						0,00	
NYSSSEN Francis	11,00												11,00	
PIRAUX Serge	74,00				34,00		40,00						0,00	
PIRSON Marie-Claire	50,00		15,00		7,50		20,00					7,50	0,00	

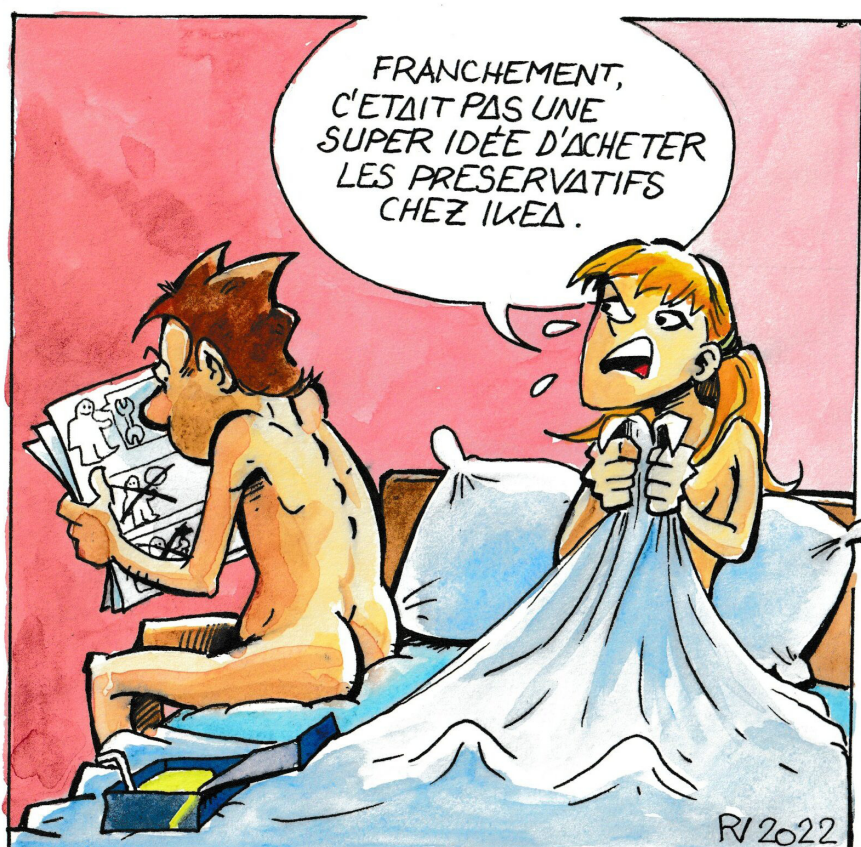
Euros Clubs 2023

715,00

Situation au 17/09/2023  
NOM + Prénom

€ Club	Vêtements					Balade 15/08	Repas 10/06	VC1 12/02	VC2 21/05	VC3 22/10	Repas 30/09	Cot	Reste (€)	
	Polo	Tshirt	Sweat	Veste	Débard									
POUPIER Jacques	78,00					5,00	20,00	15,00					38,00	
POUPIER Ludovic	93,00					25,00	20,00	15,00					33,00	
PROES Paulette	7,75												7,75	
PROSSE Hélène	25,75												25,75	
REWEGHS Monique	5,75												5,75	
SMETS Fernande	21,25											7,50	13,75	
SMETTE Michèle	0,50												0,50	
SORBIAN Joseph	35,75					20,75		15,00					0,00	
SORBIAN Marie-Anne	50,75	10,00		35,50									5,25	
THONNARD Alice	2,00							2,00					0,00	
THONNARD Janine	3,00							3,00					0,00	
UYTTEBROECK Marie Line	40,75						18,50	7,25	15,00				0,00	
VANDERLINDEN Frédérique	36,00	10,00											26,00	
VANHIEL Gérard	14,50						14,50						0,00	
VANOORSCHOT André	15,00												15,00	
VANOORSCHOT Denise	6,75												6,75	
VILFROY Clément	0,75						0,75						0,00	
VILFROY Loïc	1,25						1,25						0,00	
VILFROY Philippe	0,75						0,75						0,00	
VOETS Daniel	111,00	15,00		76,00			20,00						0,00	
WILLAIN Georges	11,50					11,50							0,00	
WILLAME Christian	5,00												5,00	
	2.010,00	39,00	139,50	0,00	221,25	7,00	139,75	319,00	120,00	129,00	120,50	30,00	30,00	715,00

# La petite blague



# L'île aux corsaires

Une réserve naturelle  
au coeur de Liège.

Ces deux hectares de presqu'île, situés entre l'Ourthe et le canal de l'Ourthe à Angleur, sont repris dans le réseau européen Natura 2000 et regorgent de trésors... naturels. Son nom proviendrait des



enfants qui, jadis, y jouaient aux pirates.

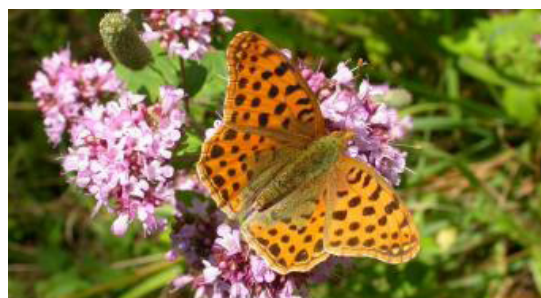
Il faut remonter à la première moitié du XIXe siècle pour planter le décor historique de la production de zinc en région liégeoise. C'est en effet à partir de cette époque, et jusqu'en 1966 que la Société des Mines et Fonderies de Zinc de la Vieille Montagne va marquer de sa présence le paysage d'Angleur et ses environs.

L'usine a déposé des quantités de scories riches en métaux lourds, notamment ici, à la pointe de l'île aux Corsaires jusque la fin du 19e siècle, avant la construction du canal de l'Ourthe.

Ce n'est qu'après 1966 que les techniques de production du zinc changent et que l'usine d'Angleur se spécialise dans la fabrication des poussières de zinc n'entraînant plus la production de scories. Grâce à des investissements importants, subsidiés par la Région wallonne, les nuisances ont disparus. La présence de métaux lourds dans le sol empêche non seulement la colonisation progressive du terrain par de nombreux arbres et arbustes, mais explique l'apparition et le développement d'une flore typique des milieux dits calaminaires (de calami, c'est à dire un silicate hydraté naturel de zinc) sur les anciens terroirs appelés aussi Haldes calaminaires. Propriété de la société Umicore le terrain abrite de



insectes peu communs mais surtout des plantes très rares. Beaucoup de ces espèces sont d'ailleurs protégées aujourd'hui. La flore calaminaire qui s'est installée sur ces sols chargés en métaux lourds comporte des espèces que l'on ne retrouve que sur des sols minéralisés riches en zinc ou en plomb et qui ne se développent jamais dans des sols normaux. On les appelle les métalloytes.



La pensée calaminaire, le tabouret calaminaire, le gazon d'Olympe calaminaire, la fétuque calaminaire et le silène enflé calaminaire sont de ces plantes très typiques qui forment parfois de véritables tapis fleuris.

De même, une faune très spécifique trouve refuge ici. C'est le cas par exemple d'un papillon commun, le petit nacré, dont la chenille se nourrit de la pensée calaminaire, de la coccinelle à 24 points et de la casside azurée, inféodée aux silènes, ou encore du criquet à ailes bleues.

La réserve a été entièrement clôturée pour des raisons de sécurité mais des balades y sont organisées à 13 h 45 le 3e dimanche de chaque mois de mars à octobre.

Un chemin bordant la réserve naturelle permet cependant d'observer la flore typique du milieu.

Rue du Canal de l'Ourthe, 15

4031 Angleur

(à proximité des bâtiments de la CILE)

<http://www.natagora.be/>

## BULLETIN D'INSCRIPTION (Nouveau Membre)

A renvoyer à : **M. Albert BARBIER**  
Avenue Joseph WAUTERS, 62  
4610 BEYNE-HEUSAY

GSM : 0475 / 61 35 06

E-Mail : baral@teledisnet.be

Ce bulletin peut également être remis à un membre du Comité qui transmettra.

La cotisation pour l'année 2022 est de 7,50€ et de 6,25€ pour les enfant de -de 12ans au moment de l'inscription.

La cotisation est à verser au N° de compte : IBAN : BE95 0680 6360 6058 - BIC : GKCCBEBB  
De : Cercle des Marcheurs de Saive – 4030 Grivegnée  
ou en liquide près d'un membre du Comité qui transmettra à la Trésorière.

---

A....., Le ...../...../.....

**Avez-vous été affilié dans un autre club de la FFBMP depuis 2017 : oui / non**

**Avez-vous déjà un numéro de matricule FFBMP : oui / non    Numéro : .....**

Noms : .....                      Prénoms : .....

Date de naissance : .....

Sexe : M - F                      Chef de Famille : oui - non

Adresse :

Rue : .....

Numéro/Boite : ...../.....

Code postal : .....

Localité : .....

Pays : .....

Téléphone : .....                      Fax : .....

GSM : .....                      E-Mail : .....

Rem : une fiche par personne.

## BULLETIN D'INSCRIPTION (Membre Sympathisant)

À renvoyer à : **M. Albert BARBIER**  
Avenue Joseph WAUTERS, 62  
4610 BEYNE\_HEUSAY

GSM : 0475 / 61 35 06

E-Mail : baral@teledisnet.be

Ce bulletin peut également être remis à un membre du Comité qui transmettra.

La cotisation pour l'année civile (du 01 janvier au 31 décembre) est de 7,50 € et de 6,25 € pour les enfants de -de 12 ans au moment de l'inscription.

La cotisation est à verser au N° de compte :

**IBAN : BE95 0680 6360 6058 - BIC : GKCCBEBB**

De : Cercle Royal des Marcheurs de Saive - 4030 GRIVEGNEE

Ou en liquide près d'un membre du Comité qui transmettra au Trésorier.

---

### Membre Sympathisant

Nom : ..... (de jeune-fille pour les dames)

Prénom : .....

Date de naissance : .....

Adresse :

Rue : .....

Numéro: ..... / Boîte : .....

Code postal : .....

Localité : .....

Téléphone : ..... GSM : ..... E-Mail : .....

Nom du club : .....

Matricule du club : .....

N° Assurance FFBMP : .....

Désirez-vous recevoir le *PÉRIODIQUE* : a) en version \*papier\* b) par internet

# Marcher avec des bâtons ?

Rien que des avantages :

## 1/ Renforcez votre équilibre et évitez les chutes

Les bâtons de randonnée apportent une certaine stabilité et plus de confiance dans la démarche. Ils seront un bon soutien pour le franchissement d'obstacles comme des troncs d'arbre ou des rochers ou encore pour marcher sur un terrain peu stable et glissant (neige, glace, rocher, argile...). En randonnée, la première cause d'accident est la glissade, aussi en utilisant des bâtons, vous diminuerez les risques de blessures grâce aux points d'appuis.

## 2/ Préservez vos articulations

En répartissant l'impact et la charge entre vos bras et vos jambes. A la descente, ils limitent les risques sur vos articulations et servent d'amortisseurs à vos genoux, chevilles, hanches et colonne vertébrale. Il a d'ailleurs été prouvé que l'usage de bâtons réduit de 25% l'impact sur vos genoux. Ils ont aussi toute leur utilité à la montée, où ils soulagent notamment vos muscles des cuisses.

## 3/ Diminuer l'effort

En répartissant l'effort entre vos bras et vos jambes, vous soulagez alors ces dernières, surtout en montée. De plus, en utilisant des bâtons, votre marche sera plus régulière. Ce rythme participe lui aussi à réduire la fatigue ressentie.

## 4/ Vous propulser

Essentiellement en montée où vous allez pouvoir utiliser vos bras pour vous tirer et ainsi réduire la fatigue musculaire du bas et rabaisser votre rythme cardiaque.

### Marcher avec un seul ou deux bâtons

Sur des «chemins faciles», un bâton peut parfois suffire. Cependant, il faut veiller à alterner régulièrement de main. Utiliser toujours la même main peut provoquer un risque de blessure puisque le corps ne travaillera pas de la même manière avec ou sans bâton.

### Quelle est la bonne hauteur pour ses bâtons de marche ?

La hauteur d'un bâton peut se calculer grâce à la formule suivante: votre taille (en cm) X 0,68  
Par exemple pour une personne mesurant 176 cm:  $176 \times 0,68 = 119,68$ . Dans ce cas la taille idéale du bâton de randonnée est de 120 cm.

