



# CLUB VOSGIEN de STRASBOURG

## PROGRAMME DES SORTIES

Septembre 2019 à Février 2020



# Club Vosgien Strasbourg

Association reconnue d'utilité publique fondée en 1872

Membre de l'Office des Sports de la ville de Strasbourg  
(Agrée par la Direction de la Jeunesse et des Sports n° 67 S 278)

Membre de l'A.J.A. (Agence de tourisme associatif)  
Agrément tourisme n° AG 067 960001 - Arrêté préfectoral du 06.12.96

**Siège social** : 71, avenue des Vosges - 67000 Strasbourg  
Tél. 03 88 35 30 76 (répondeur en dehors des permanences)

[www.club-vosgien-strasbourg.net](http://www.club-vosgien-strasbourg.net)

e-mail : cvstras@orange.

Permanences du lundi au vendredi de 16h à 18h30, samedi de 10h à 12h  
Renseignements sur les sorties lors des permanences et par répondeur

Publications des sorties sur le site Internet et dans les Dernières Nouvelles d'Alsace,  
rubrique « Amicales et Associations », tous les mercredis ou jeudis.

## – Participation aux sorties

Transports utilisés : • train • bus régulier • bus affrété • voiture particulière

## – Inscriptions préalables aux sorties en car

L'inscription préalable aux sorties, dont le déplacement se fait en car, est obligatoire. Elle doit s'effectuer par téléphone au siège au plus tard le lundi pour les sorties du mercredi et du jeudi et le jeudi pour les sorties du dimanche, avant 17 h 30. Actuellement le prix pour une sortie de la journée est de 12 € Les enfants de moins de 14 ans paient demi-tarif. Les paiements s'effectueront directement dans le car, de préférence par chèque.

## – Cartes de membre

Pour des questions d'assurance, chaque participant devra se munir de sa carte de membre à jour de cotisation. Des contrôles peuvent être effectués lors des sorties. Les non-membres sont tenus de souscrire une « cotisation du jour » de 5€ qui pourra constituer un à-valoir pour une adhésion définitive si elle est souscrite dans les 3 mois qui suivent. Les enfants jusqu'à 18 ans bénéficient de la cotisation de jour souscrite par leurs parents.

## – Conditions météorologiques

Les sorties auront lieu, même par mauvais temps ; toutefois elles pourront être annulées en cas d'alerte météo ou si le chef de course estime que la sortie peut présenter des dangers pour les participants

## – Recommandations aux participants

Sachez que le chef de course est un bénévole, qui a une tâche ingrate. La meilleure façon de respecter le travail préparatoire qu'il a fourni, est d'observer le minimum de discipline qui s'impose à toute collectivité et qui est indispensable pour une parfaite réussite de la sortie. Conformez-vous aux instructions de votre guide, suivez l'itinéraire qu'il a fixé et ne vous séparez jamais du groupe sans l'en avoir informé. Vous éviterez ainsi au chef de course de vous faire rechercher.

Épargnez-lui soucis, fatigue et pertes de temps inutiles. Ce sera pour lui le meilleur encouragement pour les sorties à venir.

Equipez- vous en fonction de la saison. Ayez des chaussures de marche à semelles antidérapantes, des vêtements de protection - intempéries - froid - soleil -, un sac à dos contenant à minima : de l'eau et du ravitaillement en suffisance, une couverture de survie, un sifflet, une lampe de poche, un lacet ou de la ficelle (liste non exhaustive). Notez que le chef de course dispose d'une pharmacie de première urgence mais qu'elle ne peut se substituer à la vôtre. Prévoyez-en donc une complète ainsi que vos traitements personnels éventuels.

### – Charte du randonneur

Le Club Vosgien de Strasbourg et les chefs de course ne sauraient se substituer à la responsabilité individuelle de chacun.

Le Club Vosgien de Strasbourg et les chefs de course ne peuvent être tenus pour responsables d'un accident dû à une imprudence individuelle du participant ni des dommages causés par le participant à des tiers.

Le Club Vosgien de Strasbourg et les chefs de course ne pourront en aucun cas être tenus pour responsables des conséquences de l'inobservation par le participant de toutes les règles et lois en vigueur, notamment en matière de circulation, de propriété, de l'environnement et du Code de la Route.

Le Club Vosgien et les chefs de course se réservent le droit de refuser ou d'exclure du groupe à tout moment, tout participant dont le comportement et/ou l'équipement pourraient mettre en danger la sécurité du groupe ou le bien-être des autres participants. Le programme de la sortie est établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction. Des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de la volonté des chefs de course peuvent en modifier le déroulement. Chaque participant se doit de prendre connaissance du niveau de difficulté de la sortie. Chaque participant est conscient qu'il peut courir certains risques inhérents à la pratique de la randonnée, notamment, à l'éloignement des centres médicaux et s'engage à ne pas faire porter au Club Vosgien de Strasbourg et/ou aux chefs de course la responsabilité des accidents pouvant survenir.

Chaque participant déclare ne pas présenter de contre-indication à la pratique de la randonnée pédestre.

### Classification des difficultés des différentes sorties

Dénivelé/Distance	- de 12 km	12 à 16 km	16 à 20 km	20 à 25 km	+ de 25 km
+ de 1000m	-	★★★★+	★★★★	★★★★+	★★★★★
800 à 1000 m	-	★★★	★★★★+	★★★★	★★★★+
600 à 800 m	★★	★★+	★★★	★★★★+	★★★★
300 à 600 m	★★+	★★	★★+	★★★	★★★★+
Jusque 300 m	★	★★+	★★	★★+	★★★

★ Facile   ★★ Moyenne   ★★★ Difficile   ★★★★ Très difficile   ★★★★★ Très exigeante

⊕ : Evolue vers le niveau de difficulté supérieure

Au-delà de 30 km, et quel que soit le dénivelé, le niveau de difficulté est systématiquement  
Fixé à ★★★★★

## Mois de Septembre 2019

Dates	Description de la sortie	Tr	Diff.	Chefs de course
dim 01 sept	Rallye d'orientation organisé par le CV de Ernolsheim			Sylvie et Albert MEYER
	Mittlach	C	***	Raymond MARTZ
lun 02 sept				
mar 03 sept	Marche tonique	CTS		Valérie ANSEL et Françoise CUNRATH
mer 04 sept	Promenade dans l'Eurométropole	CTS	2h00	Denis RAMEAU
jeu 05 sept	Gestion et Hohnack depuis Orbey	V	***+	Bernard DURR
	Niedersteinbach	V	***	Roland et Christiane BLAUDEZ
ven 06 sept	Fossiles remarquables	C		Valérie ANSEL
sam 07 sept				
dim 08 sept	Pique-nique et visite de L'église orthodoxe	CTS	*	Valérie ANSEL
	Le Ventron	T	*****	Charlotte SATTLER et Sylvain KESSLER
lun 09 sept				
mar 10 sept	Marche tonique	CTS		Valérie ANSEL et Françoise CUNRATH
mer 11 sept	Ranrupt	C	*/**+	Josiane et Etienne METZGER et Justine HUMBERT Hubert OTT et Philippe JAEG
jeu 12 sept	Rheinau - Rheinaueweg	V	**+	Antoine HOFFMANN
ven 13 sept				
sam 14 sept	Sortie d'orientation à Wangenbourg			Sylvie et Albert MEYER
	Marmoutier : musée de l'Orgue	R67		Marguerite ADAM et Sonia SCHUTTER
	Marche nordique			Jean Claude COTEL
dim 15 sept	Vosges du Nord	V	***	Jean Pierre STOECKEL
	Kaiserstuhl en commun avec le SWV Kehl	C	**	Ilona HÉTZEL, Claude SCHILLER et Jean Marie ZERRINGER
lun 16 sept				
mar 17 sept	Le Haut Koenigsbourg	T/V	***	Denis RAMEAU
mer 18 sept	Promenade dans l'Eurométropole	CTS	2h00	Denis RAMEAU
jeu 19 sept	Le Reinacker	V	**	Lydie GIROD
	Les trois lacs	V	***	Marie Jeanne TAROZZI et Daniel CAESAR
ven 20 sept	Elzach : Pique nique au coucher de soleil	V	**	Jean Marie ZERRINGER
sam 21 sept	Rallye pédestre à la Krutenau - 2è édition			Marguerite ADAM et Françoise WOLFF
dim 22 sept	Châteaux en bordure de Sarre : Fénétrange, Diedendorf, Niederstinzell	V	**	Bernard DURR
lun 23 sept	Marche nordique			Sylvain KESSLER
mar 24 sept	Les Bagenelles	V	**	André Noël VARIN et Danielle BERENGER
mer 25 sept	Le Taenchel	C	*/**+	Gilbert WANTZ / Denise BURGARD
	Rando urbaine longue	CTS	**	Sylvain KESSLER
jeu 26 sept	Sortie vélo : Strasbourg - Gambsheim			Alain LANG
	de la Schlucht au Grand Ballon	C	**/**	Jean Marie ZERRINGER et Claude SCHILLER
ven 27 sept	Mittlach	V	***+	Richard HERBER et Aurélie WOLFF
sam 28 sept	Marche nordique			Jean Claude COTEL
dim 29 sept	Réchicourt le Château (Moselle)	V	**	Antoine HOFFMANN
lun 30 sept				

## Mois de Octobre 2019

Dates	Description de la sortie	Tr	Diff.	Chefs de course
mar 01 oct	Les Vosges du Nord	V	***	Denis RAMEAU
mer 02 oct	Promenade dans l'Eurométropole	CTS	2h00	Denis RAMEAU
	Palatinat	C	*/* <sup>+</sup>	Gilbert WANTZ / Denise BURGARD
jeu 03 oct	La Zorn jaune supérieure	V	*** <sup>+</sup>	Bernard DURR
ven 04 oct				
sam 05 oct	(*) Promenade urbaine			Marguerite ADAM
	Promenade en Eurométropole	CTS	*	Valérie ANSEL
<b>dim 06 oct</b>	(*) Le sentier du drapeau	C	**	Jean Marie ZERRINGER
lun 07 oct	(*) Visite du fort de Mutzig et le sentier des casemates	C		Jean Jacques SPECHT
mar 08 oct	Saverne	V	***	Richard HERBER
mer 09 oct	(*) Du Hohwald au Champ du Feu + repas	C	** <sup>+</sup>	Sylvie et Albert MEYER
	Alsace centrale	C	*/* <sup>+</sup>	André Noël VARIN et Alain FETZER Yvette KELLER et Danielle BERENGER
jeu 10 oct	(*) Le Ht Koenigsbourg ; Sélestat et le Ried.	C		Brita NOYREZ et Bernard LUNDGRUN
	Haspelschiedt	V	***	Roland et Christiane BLAUDEZ
ven 11 oct				
sam 12 oct	Marche nordique			Jean claude COTEL
	Musée de Truchtersheim ; l'Alsace dans son assiette	R67		Marguerite ADAM
<b>dim 13 oct</b>	Le Ventron	C	**	Claude et Astrid SCHILLER
	La Hornisgrind	V	*****	Charlotte SATTTLER
lun 14 oct				
mar 15 oct	Lutzelbourg-Saverne	T/V	***	Denis RAMEAU
mer 16 oct	Promenade dans l'Eurométropole	CTS	2h00	Denis RAMEAU
	Cascades Allerheiligen	C	*/* <sup>+</sup>	Josiane et Etienne METZGER Hubert OTT et Philippe JAEG
jeu 17 oct	Région de Breitenau	V	**	Lydie GIROD
	Natzwiller : repas à l'auberge	V	**	Jean Marie ZERRINGER
ven 18 oct				
sam 19 oct	Oberhaslach	V	***	Jean Claude COTEL
	Sortie d'orientation			Sylvie et Albert MEYER
<b>dim 20 oct</b>	Gengenbach	V	**	Myriam SCHAFFNER et Patricia HERRMANN
	Le vignoble	V	***	Jean Pierre STOECKEL
lun 21 oct				
mar 22 oct				
mer 23 oct	Neuwiller les Saverne	C	*/* <sup>+</sup>	Brita NOYREZ et Bernard LUNDGRUN Marie Jo NAEGEL et Françoise VILLÉ
	Circuit des deux ponts du Rhin	CTS	** <sup>+</sup>	Sylvain KESSLER
jeu 24 oct	Le Mont Ste Odile depuis Heiligenstein	V	***	Marie Jeanne TAROZZI et Daniel CAESAR
	Karlsruher Grat (Forêt Noire)	V	** <sup>+</sup>	Claude et Astrid SCHILLER
ven 25 oct				
sam 26 oct	Marche nordique			Sylvain KESSLER
<b>dim 27 oct</b>	les châteaux de Lutzelhardt et alentours	V	**	Bernard et Emilie DURR
	Villé	V	** <sup>+</sup>	Elisabeth et Alfred SATTTLER
lun 28 oct				
mar 29 oct	Ernolsheim les Saverne	V	***	Justine HUMBERT et Aurélie WOLFF
mer 30 oct	Promenade dans l'Eurométropole	CTS	2h00	Denis RAMEAU
	Westhoffen, le vignoble	C	*/* <sup>+</sup>	Gilbert WANTZ/Denise BURGARD
jeu 31 oct	Le Bonhomme	V	***	Raymond MARTZ
	Col de Ste Marie	V	**	Philippe WEYMANN

(\*) Sorties en commun avec Munichois

**Mois de Novembre 2019**

Dates	Description de la sortie	Tr	Diff.	Chefs de course
<b>ven 01 nov</b>				
sam 02 nov	A définir Semi-nocturne	V	** <sup>+</sup>	Francis MARTIN
<b>dim 03 nov</b>	Forêt Noire	V	***	Jean Pierre STOECKEL
lun 04 nov				
mar 05 nov	Vosges du Nord	V	**	André Noël VARIN et Danielle BERENGER
mer 06 nov	Le Mont Ste Odile	C	*/* <sup>+</sup>	Justine HUMBERT et Aurélie WOLFF Hubert OTT et Philippe JAEG
jeu 07 nov	Wangen	V	**	Lydie GIROD
	Le Hohwald	V	***	Brita NOYREZ et Bernard LUNDGRUN
ven 08 nov				
sam 09 nov	Promenade en Eurométropole	CTS	*	Valérie ANSEL
	Marche nordique			Sylvain KESSLER
<b>dim 10 nov</b>	Zell am Harmersbach (Forêt Noire)	V	**	Antoine HOFFMANN
<b>lun 11 nov</b>	Traces glacières autour du Klintzkopf et vestiges de 14/18 au Hilsenfirst	V	*** <sup>+</sup>	Bernard DURR
mar 12 nov	Le Mont Ste Odile	T	** <sup>+</sup>	Denis RAMEAU
mer 13 nov	Promenade dans l'Eurométropole	CTS	2h00	Denis RAMEAU
	Abreschwiler	C	*/* <sup>+</sup>	Josiane et Etienne METZGER Hubert OTT et Philippe JAEG
	En parc... et vous ? Demi-journée matin	CTS		Sylvain KESSLER
jeu 14 nov	Kaiserstuhl	V	***	Christiane et Roland BLAUDEZ
ven 15 nov				
sam 16 nov	Marche nordique			Sylvain KESSLER
	Voelklingen : l'or des Pharaons	T		Marguerite ADAM et Sonia SCHUTTER
<b>dim 17 nov</b>	Palatinat	V	** <sup>+</sup>	Elisabeth et Alfred SATTLER
lun 18 nov				
mar 19 nov				
mer 20 nov	Urmatt	C	*/* <sup>+</sup>	Justine HUMBERT et Isabelle KUNZ Hubert OTT et Philippe JAEG
	Marche nordique			Sylvain KESSLER
jeu 21 nov	Sortie "Beaujolois nouveau"	V	**	Jean Marie ZERRINGER
	le Donon	V	** <sup>+</sup>	Raymond MARTZ
ven 22 nov	En parc... et vous ? Demi-journée matin	CTS		Sylvain KESSLER
sam 23 nov	Marche nordique			Jean Claude COTEL
<b>dim 24 nov</b>	Rochers des Vosges du Nord	V	**	Jean Marie ZERRINGER
lun 25 nov				
mar 26 nov				
mer 27 nov	Promenade dans l'Eurométropole	CTS	2h00	Denis RAMEAU
	Vosges du Nord	C	*/* <sup>+</sup>	André Noël VARIN et Danielle BERENGER Yvette KELLER et Alain FETZER
	En parc... et vous ? Demi-journée matin	CTS		Sylvain KESSLER
jeu 28 nov	Ribeauvillé et le vignoble	V	** <sup>+</sup>	Marie Jeanne TAROZZI et Daniel CAESAR
ven 29 nov				
sam 30 nov				

**Mois de décembre 2019**

<b>Dates</b>	<b>Description de la sortie</b>	<b>Tr</b>	<b>Diff.</b>	<b>Chefs de course</b>
<b>dim 01 déc</b>				
lun 02 déc				
mar 03 déc				
mer 04 déc	Wingen, Sparsbach	C	*/* <sup>+</sup>	Gilbert WANTZ Denise BURGARD
	En parc... et vous ? Demi-journée matin	CTS		Sylvain KESSLER
jeu 05 déc	Sentier du chameau	V	**	Jean Marie ZERRINGER
	Neuve Eglise	V	***	Philippe WEYMANN
ven 06 déc				
sam 07 déc	Promenade en Eurométropole	CTS	*	Valérie ANSEL
	Marche nordique			Jean Claude COTEL
<b>dim 08 déc</b>	Vosges du Nord	V	**	Elisabeth et Alfred SATTLER
lun 09 déc				
mar 10 déc	Grendelbruch : les crèches	V	**	Denis RAMEAU
mer 11 déc	Promenade dans l'Eurométropole	CTS	2h00	Denis RAMEAU
	Biberach (Forêt Noire)	C	*/* <sup>+</sup>	Josiane et Etienne METZGER Hubert OTT et Philippe JAEG
jeu 12 déc	Le Donon	V	** <sup>+</sup>	Christiane et Roland BLAUDEZ
ven 13 déc	Rando urbaine verte			Sylvain KESSLER
sam 14 déc	Marche aux flambeaux			Le Comité
	Forêt Noire	T	***	Jean Claude COTEL
<b>dim 15 déc</b>	Archéologie-fiction au-dessus d'Offwiller	V	*** <sup>+</sup>	Bernard DURR
lun 16 déc				
mar 17 déc				
mer 18 déc	Promenade dans l'Eurométropole	CTS	2h00	Denis RAMEAU
	Dambach	C	*/* <sup>+</sup>	Brita NOYRÉZ, Bernard LUNDGRUN et Françoise VILLÉ
jeu 19 déc	Vosges du Nord	V	** <sup>+</sup>	Raymond MARTZ
ven 20 déc	Rando urbaine verte			Sylvain KESSLER
sam 21 déc	Autour de Lauterbourg	T	**	Bernard DURR
<b>dim 22 déc</b>	A définir	V	**	Jean Marie ZERRINGER
lun 23 déc				
<b>mar 24 déc</b>	Montée au Mont Ste Odile			Justine HUMBERT et Aurélie WOLFF
<b>mer 25 déc</b>				
jeu 26 déc				
ven 27 déc				
sam 28 déc				
<b>dim 29 déc</b>	Le Grand Ried	V	** <sup>+</sup>	Antoine HOFFMANN
	Le Dreistein et autres sites en bordure du Mt Ste Odile	V	**	Bernard et Emilie DURR
lun 30 déc	Champ du Feu	V	** <sup>+</sup>	Francis MARTIN
mar 31 déc				

**Mois de Janvier 2020**

<b>Dates</b>	<b>Description de la sortie</b>	<b>Tr</b>	<b>Diff.</b>	<b>Chefs de course</b>
<b>mer 01 janv</b>	Pique-nique festif			Valérie ANSEL
jeu 02 janv	Promenade dans l'Eurométropole	CTS	2h00	Denis RAMEAU
ven 03 janv				
sam 04 janv	Promenade en Eurométropole	CTS	*	Valérie ANSEL
<b>dim 05 janv</b>	Sortie ski, raquettes ou pédestre selon enneigement	C		
lun 06 janv				
mar 07 janv				
mer 08 janv	Thierenbach - Murbach	C	*/* <sup>+</sup>	Claude et Astrid SCHILLER
jeu 09 janv	Randonnée en Moselle	V	** <sup>+</sup>	Roland et Christiane BLAUDEZ
	Galette des Rois	V	**	Jean Marie ZERRINGER
ven 10 janv				
sam 11 janv	Karlsruhe : exposition Hans Baldung Grien	T		Marguerite ADAM, Sonia SCHUTTER et Marie Louise SAURET
<b>dim 12 janv</b>	Sortie ski, raquettes ou pédestre selon enneigement	C		
	Le Mont Ste Odile	V	**	Denis RAMEAU
lun 13 janv				
mar 14 janv	Rhinau	V	**	André Noël VARIN et Danielle BERENGER
mer 15 janv	Promenade dans l'Eurométropole	CTS	2h00	Denis RAMEAU
	Reipertswiller	C	*/* <sup>+</sup>	Josiane et Étienne METZGER Hubert OTT et Philippe JAEG
jeu 16 janv	Zell am Harmersbach (Forêt Noire)	V	***	Brita NOYREZ et Bernard LUNDGRUN
ven 17 janv				
sam 18 janv				
<b>dim 19 janv</b>	Sortie ski, raquettes ou pédestre selon enneigement	C		
lun 20 janv				
mar 21 janv				
mer 22 janv	le delta de la Sauer	C	*/* <sup>+</sup>	André Noël VARIN et Alain FETZER Yvette KELLER et Danielle BERENGER
jeu 23 janv	A définir	V	** <sup>+</sup>	Raymond MARTZ
ven 24 janv				
sam 25 janv	Raquettes en Haute Vosges	T	***	Bernard DURR
<b>dim 26 janv</b>	Sortie ski, raquettes ou pédestre selon enneigement	C		
lun 27 janv				
mar 28 janv	Saverne	T/V	***	Denis RAMEAU
mer 29 janv	Promenade dans l'Eurométropole	CTS	2h00	Denis RAMEAU
	Lemberg, Enchenberg	C	*/* <sup>+</sup>	Gilbert WANTZ Denise BURGARD
jeu 30 janv	Obernai	V	***	Philippe WEYMANN
ven 31 janv				

## Mois de Février 2020

Dates	Description de la sortie	Tr	Diff.	Chefs de course
du sam 01 fév au sam 08 fév	Séjour raquettes à Habère-Poche (74)	C		Georgette KLEIN
<b>dim 02 févr</b>	Sortie ski, raquettes ou pédestre selon enneigement	C		
lun 03 févr				
mar 04 févr				
mer 05 févr				
jeu 06 févr	Klingenthal	V	***	Brita NOYREZ et Bernard LUNDGRUN
	Haslach, Gutach (Forêt Noire)	V	** <sup>+</sup>	Christiane et Roland BLAUDEZ
ven 07 févr				
sam 08 févr	A définir			Marguerite ADAM et Sonia SCHUTTER et Marie Louise SAURET
<b>dim 09 févr</b>	Sortie ski, raquettes ou pédestre selon enneigement	C		
lun 10 févr				
mar 11 févr				
mer 12 févr	Promenade dans l'Eurométropole	CTS	2h00	Denis RAMEAU
	Champ du Feu ou circuit des chapelles selon météo	C	*/* <sup>+</sup>	Josiane et Etienne METZGER Hubert OTT et Philippe JAEG
jeu 13 févr	Le Rhin au nord de Strasbourg	V	**	Raymond MARTZ
	Le Pilzfelsen et Abrahamfels	V	** <sup>+</sup>	Jean Marie ZERRINGER
ven 14 févr				
sam 15 févr	Promenade en Eurométropole	CTS	*	Valérie ANSEL
<b>dim 16 févr</b>	Sortie ski, raquettes ou pédestre selon enneigement	C		
	Le Mont Ste Odile	V	**	Denis RAMEAU
lun 17 févr				
mar 18 févr				
mer 19 févr	Promenade dans l'Eurométropole	CTS	2h00	Denis RAMEAU
	Col de Fouchy, Frankenbourg	C	*/* <sup>+</sup>	Gilbert WANTZ Denise BURGARD
jeu 20 févr	L'Illwald	V	**	Marie Jeanne TAROZZI et Daniel CAESAR
ven 21 févr				
sam 22 févr	Oberhaslach : Sentier des sculptures	V	**	Aurélie WOLFF et Isabelle KUNZ
<b>dim 23 févr</b>	Sortie ski, raquettes ou pédestre selon enneigement	C		
lun 24 févr				
mar 25 févr				
mer 26 févr	La Petite Pierre	C	*/* <sup>+</sup>	Gilbert WANTZ Denise BURGARD
jeu 27 févr	Archéologie et botanique hivernale Forêt de Haguenau	V	**	Bernard DURR
ven 28 févr				
sam 29 févr				

# **un jour de sentiers**



# **une semaine de santé !**