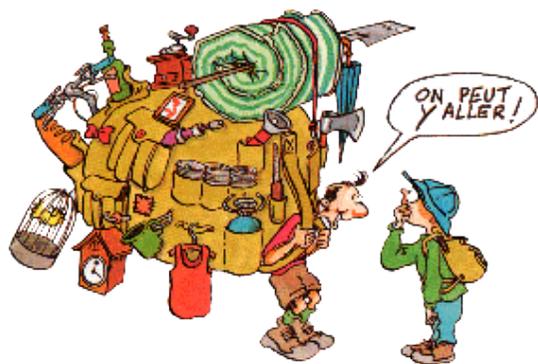


## CHARTRE DU RANDONNEUR

- ✚ Respectons les espaces protégés
- ✚ Restons sur les sentiers
- ✚ Attention à nos semelles
- ✚ Récupérons nos déchets
- ✚ Partageons les espaces naturels
- ✚ Laissons pousser les fleurs
- ✚ Soyons discrets
- ✚ Evitons de faire des feux
- ✚ Soyons vigilants ensemble
- ✚ Partageons nos transports

## QUELQUES CONSEILS PRATIQUES

- ❖ Manger avant une randonnée
- ❖ Se munir de chaussures adaptées (de préférence à semelles crantées), de chapeau ou casquette, d'eau, d'aliments secs.
- ❖ Penser à prendre des vêtements de rechange et maillot de bain
- ❖ Eviter de porter de vêtements trop sombres



**Nous vous demandons de respecter les dates de réservation et de paiement de chaque manifestation**

## ADHESION

### Montant des cotisations

- ✓ Renouvellement d'adhésion : 45€
- ✓ Nouvelle adhésion : 48€
- ✓ Famille : 65€
- ✓ Nouvelle famille : 70€
- ✓ Invité marche : 5€

**A LA SUITE DE LA 3<sup>e</sup> PARTICIPATION L'INVITE DOIT PRENDRE SON ADHESION**

***Pour découvrir nos photos et prochaines activités, rejoignez-nous sur notre blog***

<http://amvie.canalblog.com>

**Pour tout renseignement et réservation :**

- AMV : 0696 269 190
- Fabienne : 0696 004 315
- Pierre : 096 734 636
- Claudy : 0696 219 432



**Programme susceptible de modification**



Association Marche et Vie  
Impasse de La Venelle  
4,5 km route de Redoute  
97200 Fort-de-France  
Gsm : 0696 26919

Email : [marche-et-vie@hotmail.com](mailto:marche-et-vie@hotmail.com)  
Blog : <http://amvie.canalblog.com>  
N° d'affiliation à la F.F.R.P. : 009300

# Saison 2017/2018

Deuxième trimestre

**Programme  
des  
randonnées**

*Les Membres du bureau  
vous souhaitent une  
Très Belle et Heureuse année 2018*



## Programme

### Dimanche 21 janvier 2018

**Sainte-Marie : Autour des Trois sources**

Longueur : **4 km** - Niveau : **1+** - Durée : **2h 30**

Circuit en boucle

RDV : **7h** sur la plage du bourg de Ste-Marie

Cette petite randonnée, en boucle autour des Trois sources et des hauteurs du Morne l'Etang, est une mise en jambe pour la suite du programme de la saison. Ce site, de plus en plus prisé, offre de magnifiques panoramas.



### Dimanche 04 février 018

**Les Anses d'Arlet :**

**Anse Dufour - Grande Anse d'Arlet par le morne Baguidi**

Longueur : **10 km** - Niveau : **1+** - Durée : **4h**

Aller/Retour

RDV : **7h** sur le parking de la plage de l'anse Dufour.

Partant de l'anse Dufour, nous passons devant les maisons du village pour nous retrouver face au morne Réduit pour son ascension. Le parcours s'adoucit ensuite en plateau. Nous entamerons alors la descente vers Grande Anse. Tout le long du parcours, nous pourrions admirer la superbe vue panoramique sur la baie de Fort-de-France.

### Dimanche 25 février 2018

**Les Hauteurs de Fort-de-France : Absalon**

Longueur : **5 km** - niveau : **2** - Durée : **3h**

Circuit en boucle

RDV : **7h** à la station thermale d'Absalon.

Randonnée en boucle dans la forêt tropicale, (forêt de mahoganys) à la porte de la ville. Ce sentier grimpe assez régulièrement pendant 20 minutes environ. Après un léger plat, il reprend mais plus doucement. De belles vues à découvrir sur la baie de Fort-de-France et la côte caraïbe. Voilà ce que va nous dévoiler ce parcours.



### Dimanche 18 mars 2018

**Le Prêcheur**

Longueur: **4 km** – Niveau : **2** - Durée : **3h**

Circuit en boucle

RDV : **7h** sur le parking Ecomax de Saint-Pierre pour se rendre au départ de la marche.

Cette nouvelle randonnée en boucle sur la commune du Prêcheur, quartier la Charmeuse, s'effectuera par Grande savane. Nous serons accompagnés d'un guide.

A l'issue de cette marche, l'association propose que nous partageons un repas champêtre. La participation est de **18 €**. Vous aurez le choix entre du poisson ou de la viande.

Pour une bonne organisation, merci de réserver et de faire votre choix de menu.

### Dimanche 15 avril 2018

**Le Morne rouge**

**La montagne Pelée par l'aileron**

Longueur : **14 km** - niveau : **2+** - Durée : **5h**

RDV : **7h 30** sur le parking de l'aileron.

L'un des sites le plus prisé de notre île.

Pas de question à se poser, ça grimpe et ça grimpe jusqu'au sommet de la Caldeira.

Et pour les plus aguerris, descente dans le cratère appelé Etang sec, remontée du dôme de 1902 pour ensuite « aller prendre un plat au chinois ».

