

Editeur responsable
PARMENTIER Adelin
Route de Bastogne 355
6700 ARLON
☎/Fax 063/21.72.06
parmentierrosiere@pi.be
Bureau de dépôt : ARLON 1



Belgique - Belgique
P.P.
6700 ARLON 1
11/616

Dans ce numéro :
Notre marche de l'Arelerland
Une balade à Versailles

A PI A L'COPEPETTE

*Feuille d'information de l'Arel's Club Marcheurs
Affilié à la FFBMP - LUX 012
Mensuel - n°148 - Octobre 2004*



Serait bien utile sur les circuits !

<u>Les anniversaires</u>	<u>Les marches du mois</u>
JAMINON Olivier 02	S 02 14h HABAY B6-12
FACH Alice 04	S 02 10h ROLLINGERGRUND L5-10-15
LASSENCÉ Frédéric 07	D 03 08h MONTMEDY F10-20
ANSION Mireille 09	D 03 08h BIGONVILLE L5-10-20
MUSCHANG Aline 11	D 03 07h LONGVILLY B6-12-18
DAENEN Vincent 12	D 10 08h RODANGE L5-10-20
VAN LAAR Dany 13	D 10 14h LIMPERTSBERG L5-10
SANEM Alicia 14	J 14 14h LUXEMBOURG L5-10
FOURNY Michel 15	S 16 07h BOUS L5-10-20
JAMINON Lucie 15	D 17 07h ATTERT B5-10-20-30-42
DETAILLE Roland 15	D 17 07h TETANGE L5-10-20
GISCHER Nicole 16	D 24 07h SOLEUVRE L5-10-20
COLLING Gilbert 20	D 24 CAR CONFLANS F10-20
MUSCHANG Josy 21	Autres marches dans un rayon de ± 100 km
WARNAND Claude 21	03.10.-Moyeuvre-Grande 7
TOUSSAINT Gabrielle 21	09.10. Walpershofen 7
LEYENS Victor 27	10.10. Walpershofen 7 Guénange 7 Jury 7
WALEWYNS Annie 31	16.10. Primstal 7
Bon anniversaire	23.10. Losheim 7 Heidstock 7 Errouville 14
	24.10. Heidstock 7 Conflans 7-Koenigsmacher 7
	30.10. Güdigen 7
	31.10. Güdigen 7 Garche 7

Pour se rendre à :

HABAY : Suivre Heinsch, Habay (15 km)

ROLLINGERGRUND : A Luxembourg, à la Clinique pour enfants, prendre à gauche et descendre jusqu'aux faïenceries Villeroy&Boch. (30 km)

MONTMEDY : Suivre Virton, Dampicourt, Ecouvies, Montmédy (43 km)

BIGONVILLE : Prendre la N4. Avant Martelange, à droite vers Perlé. A l'entrée de ce village, à gauche puis suivre Bigonville. On peut aussi aller jusque Martelange, à droite aux feux en direction de Wiltz et en haut de la côte, à gauche vers Bigonville. (24 km)

LONGVILLY : A Bastogne, traverser la ville et prendre la direction de Clervaux au rond-point au bas de la ville. (50 km)

RODANGE : A Athus, aux feux au bout de la Grand rue, à droite vers la rue de Rodange, puis Rodange (18 km)

LIMPERTSBERG : A Luxembourg, au Glacis, à gauche et suivre le fléchage.

LUXEMBOURG : Institut National des Sports à Luxembourg-Cents (entre le centre et l'aéroport)

BOUS : Suivre l'autoroute vers Luxembourg, puis vers Trier. Après le tunnel, sortir et suivre vers Remich jusque Bous. (53 km)

TETANGE : A Luxembourg, prendre Sandweiler - Remich et jusque Trintange. (45 km)

SOLEUVRE : A Athus, prendre vers Pétange et suivre la voie rapide jusqu'à la Soleuvre. (29 km)

CONFLANS : Se rendre au Carrefour de la rue de Clairefontaine et de l'avenue de Longwy et y prendre le car.

Attention ! Les marches du 10 au Limpertsberg et du 14 à Luxembourg ont lieu l'après-midi de 14 à 15 heures. N'arrivez pas trop tard. Si vous vous y rendez, pouvez vous prendre contact avec le président pour déposer à ces endroits notre publicité. Merci d'avance.



Informations sur les autres marches

Le chiffre derrière le nom indique l'heure de départ. Les kilométrages sont en principe de 5, 10 et 20 pour les marches de matin et de 5 et 10 pour les marches d'après-midi. Pour la localisation, S = Saarland , RP = Rheinland-Pfalz, BW = Bad-Würtenbeerg F = France (Ardennes, Moselle, Meurthe et Moselle), B = Belgique (province Liège, Namur)

Moyeuve-Grande (F M&M 75 km) Walpershofen (S – 110 km) Guénange (F Moselle 70 km) Jury (F Moselle 100 km) Primstal (S – 123 km) Losheim (S – 90 km) Heidstock (S – 115 km) Errouville (M&M – 45 km) Koenigsmacher (M – 72 km) Güdingen (S – 125 km) Garche (M – 60 km)

Informations sur les marches du mois

Endroit	club organisateur	Ils sont venus chez nous		Nous sommes allés chez eux	
		en 02	en 03	en 02	en 03
HABAY	Les Bourlingueurs du Sud	5	42	0	128
ROLLINGERGRUND	Les Rapides du Limpertsberg	4	7	15	0
MONTMEDY	Les Amis de Tivoli	0	0	3	0
BIGONVILLE	Ardennerfrenn Bigonville	45	52	66	110
LONGVILLY	Les Hirondelles	33	12	67	41
RODANGE	Tetelberg Treppeler Lamadelaine	12	19	80	183
BOUS	Kiischtentreppeler Trintange	0	3	8	29
TETANGE	Amicale des Marcheurs de Kayl	24	25	39	28
SOLEUVRE	Starfighter Footing Team Belvaux	34	28	28	41
CONFLANS	Coueurs Marcheurs Conflans	0	0	0	12
		157	188	306	572

Les inconnus du mois

Conduire ses nouvelles conquêtes dans les bois, c'est bien mais s'y perdre réellement, ce n'est pas le top. Comment s'en sortir lorsqu'on le groupe vous attend. Dans le désespoir, on fait appel aux pompiers. Eux ne connaissent pas le circuit mais l'endroit où vous êtes. C'est ainsi que vous vous retrouvez sans le vouloir sur le circuit des trente kilomètres et que vous arrivez les bons derniers.

Si vous reconnaissez nos trois inconnus, payez leur une boussole.

L'inconnue du mois dernier était Anne-Marie CLESSE

Car à Conflans et aux Deux Acrens

Le dimanche 24 octobre, nous organisons un car à Conflans en France. Vous pourrez y parcourir 5, 10 ou 20 km . Le club "Coueurs Marcheurs de Conflans" nous propose une potée lorraine en dégustations. Il est impératif de réserver en arrivant.

Conflans n'est pas très loin et l'horaire est le suivant:

départ à 08.00 heures (carrefour Av. de Longwy – rue de Clairefontaine)

retour vers 15.30 heures à Arlon.

Le jeudi 11 novembre, nous organisons un car aux DEUX-ACRENS. Le départ se fera à 07.00 heures. Les détails de la journée seront communiqués dans le bulletin de novembre mais il est nécessaire de réserver dès maintenant, l'autocariste voulant une réponse 15 jours à l'avance.

Un car = 5 bonus. Pensez-y pour avoir au moins vos 6 bonus

Marche du mois

La marche de ce mois est à Losheim le samedi 23. Pour les volontaires, rassemblement à 07.30 heures à la place des Chasseurs Ardennais pour remplir les voitures.

Vous marchez

Durant le mois d'août, nous avons participé aux marches suivantes : Virton (55) Euilly (1) Rambrouch (29) Amberloup (23) Hesperange (25) Le Sauze (1) Bellevaux (2) Rumelange (15) Bouillon (7) Eischen (38) Chiny (26) Consdorf (18) Brouch (44) et Contz les Bains (1) soit un total de 285 participations. L'an dernier, pour la même période, nous étions 463. Chiffres à méditer ! Bravo à tous les courageux. Si vous avez quitté la salle tard, peut-être avez vous un nombre d'arlonais supérieur à celui mentionné. Dans ce cas, merci de me le communiquer. Merci à tous ceux qui m'ont communiqué le nombre de membres inscrits par mail ou autre moyen.

Nouvelles du club

Remerciements

Dominique KEZER remercie de tout cœur les membres du club qui lui ont témoigné, par une pensée, un message, une présence leur sympathie lors du décès de sa maman

Naissance

Céline et Patrick PARMENTIER MULLER sont heureux de vous annoncer la naissance le 15 septembre d'une petite Lucie.
Non félicitations aux heureux parents.

Voyages

Nos membres voyagent, parfois fort loin en nous envoient un petit bonjour. Les cartes sont à envoyer au président avec la mention "Arel's club".

Du Haut-Languedoc – France

Superbe région pour marcheurs
Amitiés, aux marcheurs d'Arlon

Rita et Marcel

De Vézelay – France

A Vézelay sur la route de Saint-Jacques de Compostelle, il chaud et ...soif. Chaque breuvage a ses vertus Orval et ou Bourgogne. Heureux qui a l'embaras du choix. Bien des amitiés sportives de Nicole et René, Chantal et Robert

De Lourdes – France

Bien le bonjour des amis de Lourdes
Maria Nicolas Aline José Jeannine Louis

Roses – Girona – Espagne

On y est et il fait beau. Pas beaucoup de km (on les remplace par la pétanque.) Nous sommes voisins avec le président du club de Philippeville (Impossible d'en sortir) Amitiés à tous.
Reine et Alain

Les Houches – Hautes Savoie – France

Le Mont Blanc est à refaire. En effet, arrivés au dernier refuge (refuge du Goûter – 3863m) notre progression a été stoppée par la neige et le mauvais temps.
Des bonjours de Saint Sorlin D'Arves.

Annie et Pierre

Port El-Kantaoui – Tunisie

Bonjour de Tunisie. Après deux jours, Monique et José sont toujours à la recherche d'un lit !!
Monique José Mady Florent Charles Renelde Michel.

Des mêmes deux jours plus tard

Monique et José ont enfin trouvé un lit

Car de Noël

Nous organiserons en décembre un car vers un marché de Noël. Ce sera la dernière occasion pour collecter des bonus si vous en manquez.

Marche non IVV

Dimanche 3 octobre à la buvette du terrain de football et Vaux Noville de 7 à 10.30 h; sur des parcours de 9,12 et 19 km. Les bénéfices sont intégralement versés à la ligue belge de la sclérose en plaque.

Avis important

Si vous avez moins de six bonus à la fin de l'année, pour vous réinscrire, vous devrez payer 15 €. Pour ceux qui sont dans ce cas, il reste avant la fin de l'année 3 cars (chacun vaut 5 bonus) et de nombreuses marches à 1 bonus dans notre province ou dans le Grand-Duché. Pour rappel, les marches IVV (c'est à dire celles reprises dans ce bulletin) valent 1 bonus. Il reste également des poste à pourvoir pour notre marche d'octobre et ils valent 3 bonus. Attention, cet avis ne vaut que pour les chefs de famille, c'est à dire ceux dont le nom figure sur la bande adresse de votre bulletin. Décision du comité du 13 septembre 2004.

Marche de l'Arelerland

La réunion préparatoire à cette marche s'est tenue le 26 septembre à 17 heures en la salle Européenne de l'hôtel de ville.

PRESENTS : AUBRY J. BASTIN A-M. BRENY H. COLAS D. COLLIN L. DE GRAEVE A. DEBOUGNOUX V. DECHAMBRE J. DUBUS F. FLOCK J. FOURNY M. FROGNET M-CI. GARLEMANT H. HAUBRUGE M. KRIER J. LAMBERT A. LAMBERT A-M. LAMBERT S. LASSENCE D. LASSENCE J. LECOMTE T. LEGROS L. LEONARD M-L. MATHIAS J. MEYER H. MUSCHANG A. NITELET Y. PAQUAY L. PARMENTIER A. PASCAL M. PIERSON F. PIRET M-Th. PIROTTE J. ROSIERE G. ROUSSEL D. SAMAIN S. SERMENT CI. WAGENER J-M.

EXCUSES : DETAILLE R. FELLER M. GERARD M. LABRO N. LICK H. REMY A. THEISMANN A. WIOMONT R

Elaboration et repérage du circuit : Adelin PARMENTIER,

Fléchage et défléchage : Adelin PARMENTIER, Michel FOURNY, Jacques DECHAMBRE, Daniel Colas

Préparation du matériel du fléchage et salle : José FLOCK

Ouverture du circuit : Julien RAPAILLE (20 km uniquement)

Fléchage vers la salle : Michel FOURNY, Frédéric MARS

Contrôle des 5 km : Léon COLLIN, Louise LEGROS

Contrôle des 10 km : Roland DETAILLE, Michel GERARD

Contrôle des 20 km : LAMBERT Serge, LAMBERT Alex

Contrôle des 30 km +Maryse PASCAL + volontaires

Contrôle des 42 km : volontaires

Contrôle des 42 km : volontaires

Préparation bouillon : Marcel FELLER

Départ : Josy MUSCHANG; José PIROTTE Florent DUBUS Jean-Marie WAGENER

Autorisations auprès des diverses administrations : Jacques KRIER

Brasseur et commandes: Adelin PARMENTIER,

Préparation soupe et pommes de terre : (Samedi 16octobre à 9 hrs chez Mady : FROGNET Marie-Claire, LAMBERT Anne-Marie, NERENHAUSEN Marie-José, PIRET Marie-Thérèse

Vente de la soupe : Aline MUSCHANG

Pâtisserie : Anny BODART, Josiane LASSENCE, Aline CHARNET Jeannine MATHIAS

Les volontaires qui confectionneraient de la pâtisserie sont prié(e)s de contacter Anny BODART (

☎ : 063/21.73.95). Les pâtisseries "maison" sont toujours très appréciées des marcheurs.

Garniture des tables : Huguette BRENY

Cuisine - préparation des repas Vaisselle : Ginette ROSIERE; Jeannine AUBRY; Anne-Marie LAMBERT Marie-Claire FROGNET et volontaires

Caisse centrale : Henri MEYER Anne-Marie CLESSE

Service en salle et débarrasser tables : Huguette BRENYJeannine MATHIAS Adolphe de GRAEVE Annette REMY Daniel LASSENCE (les personnes de service en salle aideront à la cuisine pour la vaisselle, par roulement)

Réservation des repas : Annie LUCAS

Ravitaillement des contrôles : Adrien THEISMANN

Préparation des caisses : Monique EPPE

Bar et installation la veille : Pierre PARMENTIER Tanja LECOMTE Hubert LICK Serge SAMAIN Monique LECOMTE :

Bar Maitrank : Roger FELLER René DAHM

Confection Sandwiches : Louis PAQUAY Jeannine AUBRY Ginette ROSIERE

Barbecue : Patrick PARMENTIER Sébastien LAMBERT

Nettoyage salle (arrivée à 16.00 H) et rangement : volontaires

Poste de premiers secours : Tanja LECOMTE Daniel ROSIERE

Accueil : Adelin PARMENTIER, José FLOCK, Louis PAQUAY, Michel FOURNY

Achats de dernière minute le jour de la marche : Henri GARLEMANT

Transport du matériel : samedi 17 heures chez José : José FLOCK Henri MEYER Claude SERMENT Yvon NITELET

Arrangement salle : Les mêmes et volontaires On les attend la veille à 17.10 hrs à la salle

Tous sont attendus le 19 dès 06.15 hrs.(sauf pour le nettoyage de la salle, vers 16.30 hrs)

Les personnes qui tiennent un contrôle sont priées de se présenter le 19 à 17.30 hrs à la salle afin d'aller reconnaître l'endroit de leur contrôle et d'y contacter Daniel COLAS ou Maryse PASCAL.

Dans le cas où elles ne pourraient venir, prendre contact avec le président AVANT samedi. .

Les principaux satellites de Jupiter

Jupiter est entouré d'un système solaire miniature composé de 16 satellites. Douze d'entre eux ont moins de 100 Km de diamètre et ressemblent à des astéroïdes. Leurs orbites sont assez irrégulières et certains sont fort probablement d'anciens astéroïdes qui ont été capturés. En revanche les quatre autres satellites sont des mondes plus gros que la plus petite des planètes Pluton. Il s'agit par ordre croissant de distance à partir de Jupiter d'Io d'Europe de Ganymède et de Callisto. Ganymède le plus gros satellite du système solaire est même plus gros que Mercure.

Les quatre satellites géants de Jupiter ont été nommés *satellites galiléens* en l'honneur Galilée qui les observa pour la première fois avec son télescope en 1610. Ils tournent autour de Jupiter de dans son plan équatorial sur des orbites presque circulaires. Chacun est un monde possédant des caractéristiques propres et mérite un arrêt dans notre croisière interplanétaire.

Les noms des satellites galiléens correspondent à des personnages de la mythologie grecque associés à Zeus (Jupiter est l'équivalent romain du dieu grec Zeus). Io Europe et Callisto étaient des maîtresses de Zeus tandis que Ganymède prince légendaire de Troie fut enlevé par Zeus qui l'emporta sur l'Olympe.

Europe est une boule de billard craquelée.

Si on a surnommé Europe la « boule de billard », c'est qu'elle possède la surface la plus « plate » de tous les objets à surface solide du système solaire. En effet les éléments les plus prononcés de son relief ne dépassent pas 1 Km d'élévation. La surface est dominée par une série de fissures de 10 à 80 Km de largeur pouvant atteindre 1000 Km de long. On y détecte très peu de cratères ce qui indique que la surface avait la capacité de se régénérer à l'époque du grand bombardement et qu'elle a probablement conservé cette capacité. On en a déduit que la croûte n'est pas trop épaisse ni rigide et qu'elle cache une zone d'eau liquide ou tout au moins un mélange boueux d'eau liquide de glace et de roche. Les impacts majeurs de météorites produisent vraisemblablement des coulées de « lave d'eau » qui effacent les cicatrices.

Caractéristiques de Europe : Diamètre : 3130 Km (0,9 fois celui de la lune)

Distance moyenne à Jupiter : 671000 Km (1,75 fois la distance terre-lune)

Température moyenne : -148°C.

Callisto est une lune de glace

Par sa taille et sa densité Callisto est pratiquement le satellite jumeau de Ganymède en légèrement plus petit. On suppose que sa constitution interne est essentiellement la même que celle de Ganymède. Sa surface est faite de glace comme dans le cas d'Europe et de Ganymède mais contrairement à celle de Ganymède, elle présente peu de particularités intéressantes : il s'agit essentiellement d'une « version glacée » de la surface de Mercure ou de la Lune, dominée par des cratères d'impact à perte de vue.

Caractéristiques de Callisto : Diamètre : 4840 Km (1,4 fois celui de la Lune)

Distance moyenne à Jupiter : 1844000 Km (4,9 fois la distance terre-lune)

Température moyenne : -148°C.

Charles STIERNON

Courgettes à l'aigre-doux

Ingrédients : 3 kg de courgettes
 1 tasse d'émincé d'oignon
 ½ tasse de sel

1^{er} jour : Couper les courgettes en rondelles, enlever les pépins et mélanger le tout. Laissez reposer le plat dans une pièce fraîche.

2^{ème} jour : laver à l'eau et égoutter
 faire un sirop avec 4 tasses de vinaigre blanc
 4 tasses d'eau
 4 tasses de sucre
 6 c. à s. de curry
 1 c. à s. de poivre noir moulu

bouillir et verser sur les courgettes

3^{ème} jour : Récolter le liquide plus une demi tasse de sucre. Refaire bouillir et mélanger le tout

4^{ème} jour : Bouillir le tout une minute et mettre bouillant dans de pots à confiture.

Fermer immédiatement.

Recette de Marie-Thérèse PIRET

Balade à Versailles

Ce dimanche 5 septembre à 5 heures du mat, nous montons dans le car qui nous dépose vers 11 heures à Versailles. But : une marche de 10, 20 km ou plus. Le temps est avec nous. Un soleil rouge feu nous accompagne.

Nous envisageons une balade agréable dans les jardins du château pour les découvrir ou redécouvrir pour certains. Toutefois, il faut être marcheur pour tout voir car le parc est immense, enfin les fontaines sont agréables à regarder, surtout accompagnées de la musique classique. C'est une véritable féerie que ces grandes eaux musicales qui sont propices à la rêverie et qui donnent à la promenade un air d'antan.

Le spectacle de l'eau qui danse au rythme de la musique classique est très bien réussi. Il y avait foule, le 😊 étant de la partie. Heureusement, Louis XIV a fait en sorte que ces jardins puissent accueillir beaucoup de monde. Petit clin d'œil, nous avons pu découvrir la forme reconstituée de Marie-Antoinette (porte de la ferme du Hameau).

Le temps passe et nous devons rejoindre notre car pour le départ prévu à 18 heures. Manquent trois marcheurs égarés sur les 30 km. Tout se termine bien. Nous les récupérons pour un retour calme et peu plus tardif que prévu.

Quelle belle journée ! Merci Maryse! Je ne peux ici dire que ce qui m'a le plus plu mais il y eut plein d'autres petits moments de bonheur lors de cette marche.

Mme Claude.

PS : Bonjour aux marcheurs du club ami qui nous accompagnaient.

Prologue

Le prologue de notre marche aura lieu au départ de la salle du Cothurne le samedi 9 octobre à 14 h.

Bus des autres clubs

Le 24 à Esneux par le club "La Fourmi" contact MAZUY Jean-Pierre 063/38.36.21

Le 9 à Fosse la Ville et Bellecourt par le club "les Routheux Izel" Contact GUEIBE Sonia
 061/32.80.73

A VENDRE HONDA CIVIC SAGA 1.4

Du 01/99 - 29.000 km , fermeture centralisée, vitres électriques, climatisation
 + 2 pneus neige montés sur jantes - non fumeur. Prix : 6000 euros

Tél. : 0032 63 22.12.45 ou 0032 498 336650

(fille de Josiane LASSENCE)

OCTOBRE 2004

<u>Anniversaires</u>	<u>Marches</u>	<u>Mémo</u>
V 1		
S 2 <i>Olivier JAMINON</i>	HABAY ROLLINGERGRUND	
D 3	BIGONVILLE LONGVILLY MONTMEDY	
L 4 <i>Alice FACH</i>		
M 5		
M 6		
J 7 <i>Frédéric LASSENCE</i>		
V 8		
S 9 <i>Mireille ANSION (Epouse Jean-Paul HAYON)</i>		PROLOGUE
D 10	RODANGE LIMPERTSBERG	
L 11 <i>Aline MUSCHANG (Epouse José FLOCK)</i>		
M 12 <i>Vincent DAENEN</i>		
M 13 <i>Dany VAN LAAR</i>		
J 14 <i>Alicia SANEM</i>	LUXEMBOURG	
V 15 <i>Lucie JAMINON Michel FOURNY Roland DETAILLE</i>		
S 16 <i>Nicole GISCHER</i>	BOUS	
D 17	ATTERT TETANGE	MARCHE DU CLUB
L 18		
M 19		
M 20 <i>Gilbert COLLING</i>		
J 21 <i>Gabrielle TOUSSAINT (Epouse Olivier JAMINON) Claude WARNAND Josy MUSCHANG</i>		
V 22		
S 23		
D 24	CONFLANS SOLEUVRE	CAR DU CLUB
L 25		
M 26		
M 27 <i>Victor LEYENS</i>		
J 28		
V 29		
S 30		
D 31 <i>Annie WALEYNS (Epouse Pierre DION)</i>		

Le dimanche 7 novembre à partir de 7 h, marche à Oberdonven.
Le samedi 6 et le dimanche 7; marche à Boofzheim (téléphoner au président)