

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



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

Agrégation **P501175**

A P I A L'COPETTE

Feuillet d'information de l'Arel's Club Marcheurs
Affilié à la FFBMP - LUX 012
Bimestriel - n°258 – 1^{er} novembre 2014
<http://www.arelclub.be>

Ce bulletin est spécialement réservé à

Le mot du président

Voici la Toussaint et la météo favorable de ce mois d'octobre nous fait oublier que l'hiver n'est pas loin. Malgré la douceur des températures, les feuilles jaunissent et nous rappellent que l'automne est là.

Avec la fin de l'année arrive la fin de l'inscription à votre club préféré. Il est donc temps de penser à la cotisation de 2015. Malheureusement, suite à l'augmentation des primes de l'assurance, nous sommes contraints d'augmenter celle-ci. Elle est de 10 € pour les adultes et de 5 € pour les enfants de moins de 18 ans. Je rappelle que plusieurs mutuelles remboursent les cotisations à des clubs de marche. Remettez à notre secrétaire, Jacques Krier, le formulaire à retirer auprès de votre mutuelle.

Les affiliations pour 2015 seront reçues par Jacques lors de notre marche du 13 décembre. Merci de vous affilier à votre RETOUR du parcours pour éviter les files au départ. Vous pouvez aussi payer sur le compte du club numéro BE 91 001-0642043-76 en mentionnant dans la communication "affiliation 2015" et le nom des personnes concernées. Merci de ne faire aucun paiement avant le 1^{er} décembre.

N'oubliez pas, un marcheur non réaffilié est un marcheur non assuré.

N'oubliez pas notre tombola de la marche du maitrank et pensez à Ginette ROSIERE et Dominique KEZER

Car à Coblenze

Un petit rappel pour le programme de ces deux jours de détente.

Départ devant le magasin "Carrefour" le samedi 6 décembre à 07.00 h. A notre arrivée à Coblenze, un guide francophone nous fera visiter la ville et les environs dans notre car.

Nous nous rendrons ensuite à Königsbacher Brauerei, à 4 km de Coblenze. Nous y dînerons à la brasserie pour arriver à l'Hôtel B&B vers 14.15 h. Installation à l'hôtel et quartier libre.

Le piétonnier et le marché de Noël sont à environ 500 mètres de l'hôtel.

Dimanche, après le déjeuner à l'hôtel, départ à 9 h pour Bad Sobernheim - Staudernheim à 90 km de Coblenze. Nous y participerons à la marche du club "OSC 1976 e.v." sur 5, 10 ou 15 km. Nos quitterons pour rentrer à Arlon vers 17.00 – 17.30 h.

Si pour une raison quelconque, vous ne pouvez pas participer, merci de prévenir suffisamment tôt. Si vous êtes remplacés, il y aura remboursement. Les frais sont déjà engagés, donc il n'y aura pas de remboursement si vous n'êtes pas remplacé.



BON ANNIVERSAIRE EN NOVEMBRE	Les marches du mois de novembre
GARLEMANT Henri	2
WIOMONT Rita	2
PERREAUX Bernard	8
LANGEN Claudine	9
PARMENTIER Adelin	10
VAN DAMME Cyrille	13
RICCARDI Adrienne	16
LASSECE Josiane	16
GUEBEL Jean-Marie	18
JACOB Marie-Paule	19
LUCAS Annie	19
STANUS Bénédicte	22
PARMENTIER Tom	26
GUIOL Marie Michèle	28
MEINGUET Monique	30
	S 08 08h BERTRANGE L 5-10
	D 09 07h WORMELDANGE L 6-12-20
	D 16 07h KEHLEN L 5-10
	D 23 07h BETTENDORF L 5-10-20-30-42-50
	D 30 07h ETTTELBRUCK L 6-10-15

Pour se rendre à :

BERTRANGE : A Strassen, à droite vers Bertrange. (24 km)

WORMELDANGE : Suivre Luxembourg, Trier, sortie 12 vers Flaxweiler, Gonderange et Wormeldange (64 km)

KEHLEN : Par Steinfort, Capellen, Olm, Kehlen ou autoroute sortie Capellen, environ 700 m vers Mamer puis à gauche vers Kehlen (25 km)

BETTENDORF : Vers Mersch, puis autoroute vers Diekirch, sortie Diekirch vers Bettendorf (45 km)

ETTTELBRUCK : Pallen, Diekirch, Ettelbrück (33 km) ou par Mersch, autoroute Ettelbrück (37 km)

BON ANNIVERSAIRE EN DECEMBRE	Les marches du mois de décembre
ALBESSART Pierre	3
VALET André	4
PIERRE Albert	10
CORNET José	14
LAMBERT Francis	15
DELAIT Paul	16
KEZER Dominique	17
AUBRY Jeannine	18
SCHOLTES Marie	19
GOELFF Marcelle	22
LASSECE Daniel	23
DEPIERREUX Francis	27
BRESSARD Laurence	29
SCHRONDWEILER Emile	30
	S 06 CAR COBLECE D
	D 07 CAR BAD SOBERNHEIM D 5-10-15
	D 07 07h BETTBORN L 6-12-18
	L 08 09h LANGSUR D 5-10
	S 13 12h ARLON B 5-10
	D 14 07h HAMM L 5-10
	S 20 13h LUXEMBOURG L 6-12
	D 28 08h BERINGEN L 6-11-16

Pour se rendre à

BAD SOBERNHEIM : Prendre le bus samedi à 07.30 h et se laisser conduire.

BETTBORN : Oberpallen, Ell, Redange et suivre Grosbous jusque Bettborn (19 km)

LANGSUR : Autoroute vers Trêves, sortie Mertert (69 km)

HAMM : Se diriger vers la gare de Luxembourg et prendre après le pont l'ancienne route vers Trêves. Hamm est à droite dans la côte en quittant la ville. (33 km)

LUXEMBOURG : A Luxembourg, Hall Victor Hugo, 60, av. Victor Hugo - (30 km)

BERINGEN : A Mersch, à droite puis à gauche après le viaduc. (25km)

MARCHE DE LA KNIPPCHEN

Elaboration des circuits : PARMENTIER A.

Fléchage et Défléchage vers salle et parking : DECHAMBRE J.

Fléchage et Défléchage circuits : .PARMENTIER A. WOLWERTZ P REVEMONT Y.

Autorisations et secrétariat pré-marche :.KRIER J.

Départs : BOUILLON G;

Vente : pins, badge et inscriptions pour 2015 : KRIER Jacques

Bar salle : FLEURY A-M

Service salle : .LAMBERT M.

Caisse centrale (jetons) : CORNET B. GERARD M (Renfort bar si nécessaire)

Préparation soupe : REVEMONT Y.

Préparation hot dog : ROSIERE G.

Préparation croque-monsieur : FLEURY A-M.

Pâtisserie : BODART A. CHARNET A.

Vente soupe, hot-dog et croque-monsieur : LAMBERT Cl. REVEMONT Y.

Vaisselle : ROSIERE G. et volontaires

Contrôle 5 km – 10 km (de 12.15 à 16.40 h) : WOLWERTZ P ; LAMBERT A ;

Confection thé: PARMENTIER A.

Nettoyage salle le soir: Tous ceux qui ont un poste dans la salle et volontaires

Achat marchandises : PARMENTIER A. ROSIERE G.

Tarifs et documents divers : PARMENTIER Adelin

Caisses - préparation : GERARD M.

Matériel vendredi 12 de 17.00 à 18.00 h

Les personnes qui ne pourraient venir sont priées de prévenir le plus tôt possible. Les travailleurs doivent se trouver à la salle dès 8 heures pour la préparation de la salle et 11 h pour les autres.

Informations sur les marches de novembre et décembre

Endroit	club organisateur	Ils sont venus chez nous		Nous sommes allés chez eux	
		en 12	en 13	en 12	en 13
Bertrange	Ass. Lux. du Diabète ALD Asbl	-	-	-	-
Wormeldange	Muselfrënn Oberdonven asbl	3	4	2	3
Kehlen	Country Tramps Keispelt	7	11	56	48
Bettendorf	Wanderfrenn "La Sûre" Bettendorf Asbl	4	7	5	13
Ettelbruck	Wanderfrënn Ettelbréck	8	20	20	6
Bettborn	Syndicat d'Initiative Préizerdaul	0	3	18	29
Langsur	Gusti Asbl	0	0	-	3
Hamm	Sap. Pompiers Hamm-Cents Fetschenhaff-Pulvermuehl	0	3	0	3
Luxembourg	Club de Marche les Rapides Limpertsberg.	43	7	21	7
Beringen	Amicale 5x Beringen International	6	3	26	40

Nouvelles du club

Malade

Je ne suis pas toujours au courant de tous vos petits maux, ni des plus graves. Aussi pour n'oublier personne, je souhaite un prompt et complet rétablissement à tous les membres hospitalisés, malades ou blessés.

Décès

Monsieur Jacques REMACLE, ancien de notre club le 2 octobre.

Nous présentons nos condoléances à la famille.

Cars 2015

Avez-vous des suggestions pour les destinations ou pour une visite. Dans la mesure du possible, le comité en tiendra compte lors de l'établissement du calendrier. Nous irons à Sourbrodt le 23 août, donc notre barbecue sera avancé au 16. Les suggestions sont à faire pour le 13/12/14 au plus tard.

Assemblée générale

Notre assemblée générale ne se tiendra que le 31 janvier mais il n'est pas trop tôt pour y penser. Des membres du comité démissionnent pour raison de santé. Il est donc utile de les remplacer et appel est fait aux candidats. Les candidatures sont à rentrer par écrit chez le secrétaire, Jacques Krier pour le 15 janvier 2015 au plus tard. Si vous voulez que certains points du règlement soient modifiés, les suggestions doivent être soumises par écrit au même avant le 15 décembre.

Vous marchez

Date	DESTINATION	Dénomination du club	Nombre
2 /08	Bigonville	Ardenner Frënn Bigonville asbl	19
2 /08	Doisches	Les Randonneurs de la Haute-Meuse	1
3 /08	Ettelbruck	Wanderfrënn Ettelbréck	1
3 /08	Gemboux	Les Spartiates de Gembloux	2
3 /08	Saint-Mard	La Godasse Gaumaise	27
3 /08	Visé	Marcheurs de la Basse-Meuse Visé	1
4 /08	Beauraing	Les Panards Winennois	1
9 /08	Dourbes	Marcheurs de "Hautes-Roches" - Dourbes	1
9 /08	Mellet	Les Marcheurs Ransartois	3
10/08	Heffingen	Cercle Pédestre Larochette	13
10/08	Konz	Wanderfreunde Konz e.V.	1
10/08	Presle	Club Pédestre Ecuireuil de Châtelet	2
15/08	Differdange	Fédération Luxembourgeoise	3
15/08	Flawinne	Le Joyeux Marcheur de Flawinne	2
16/08	Eischen	Äischdall Flitzer Äischen	30
17/08	Arsimont	Footing Club Fosses	2
17/08	Bellevaux	Club des Marcheurs de Bellevaux	1
17/08	Consdorf	The World Runners Consdorf asbl	2
17/08	Fauvillers	Objectif 10.000 Les Fossés	25
23/08	Brouch	Wanderfrënn Brouch	12
24/08	Chiny	Les Routheux Izel	2
30/08	Schiffange	Schëfflenger Globetrotters Asbl	4
31/08	Echternach	Wanderfrënn Eechternoach	5
31/08	Masbourg	Marcheurs de la Masblette - Masbourg	2
6 /09	Gouvy	Les Djoyeux Gouvions Gouvy asbl	1
7 /09	Gouvy	Les Djoyeux Gouvions Gouvy asbl	4
7 /09	Niederanven	Heemelsdëiercher Senningen asbl	3
13/09	Rachecourt	La Fourmi ASBL	24
14/09	Rachecourt	La Fourmi ASBL	6
14/09	Steinfort	Wanderfalken Steinfort	5
14/09	Wanze	Les Longs Pieds Antheitois	35
20/09	Marloie	Les Marcheurs de la Famenne	3
20/09	Ophain Bois Seigneur Isaac	Les Marcheurs du Hain	2
21/09	Wiltz	Syndicat Initiative de Wiltz	9
27/09	Gasperich	Section marche du FC Tricolore Gasperich	1
27/09	Neuville	1000 Pattes - Philippeville	3
28/09	Differt	Marcheurs de Turpange	19
28/09	Vianden	Ourdall Nëssknacker Vianden	12

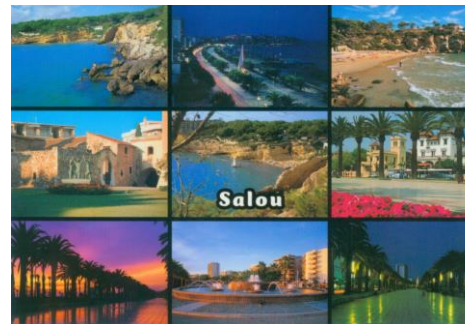
Soit un total de 289. L'an dernier, pour la même période, nous étions 439.

Voyages

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

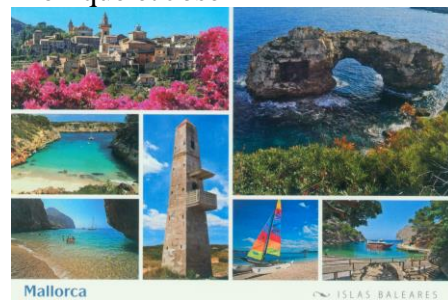
De Salou - Espagne

Un grand bonjour de Salou à tous les marcheurs. Ici il fait très chaud. Marie-Rose Michel



De Mallorca - Espagne

Nos amitiés de Sacoma Palma Monique et José



COBLENCE

Le plus beau coin d'Allemagne...

Au cœur de la pittoresque région du Rhin et de la Moselle, encadrée par les quatre massifs rhénans, voici Coblence, vieille cité deux fois millénaire. Riche en monuments culturels et édifices historiques, accueillante avec ses ruelles et rues étroites, gaie et enjouée sur ses places et ses promenades longeant le fleuve. Une ville sympathique où les visiteurs se sentent tout de suite à l'aise.

De la forteresse d'Ehrenbreitstein, dominant le Rhin de 118 m, le regard s'étend sur le Deutsches Eck, ou "Coin Allemand" et son monument équestre nouvellement reconstruit.



Un lieu de rencontre pour les visiteurs du monde entier venus découvrir le paysage fascinant entre Rhin et Moselle.

Découvrir et visiter 2000 ans d'histoire

Sur la trace des Romains, qui érigèrent le "Castellum apud Confluentes", d'où la cité tire son nom, le touriste se plonge dans l'histoire de la ville, qui au fil des siècles fut conquise par les Francs, choisie comme résidence par les princes-électeurs, occupée par les Français et gouvernée par la Prusse. Un site éminemment européen.

Les murailles des forteresses et les donjons des forts, les châteaux et les hôtels particuliers, les monuments et les jardins publics témoignent à l'envi d'un passé mouvementé. Coblence fut la résidence d'empereurs, de rois et de princes-électeurs. Ses édifices et son patrimoine culturel sont découverts jour après jour par les visiteurs du monde entier.

Les atouts de Coblence: pas seulement le lèche-vitrines

La ville de Coblence offre aux promeneurs un paysage urbain fascinant. Ruelles romantiques et places historiques alternent en permanence avec les magasins, restaurants et bistros



Longues promenades sur les berges, magnifiques sentiers de randonnée, pistes cyclables le long du Rhin et de la Moselle, sports nautiques, golf, équitation, natation ou toute autre activité susceptible de réjouir le cœur et de fouetter le sang - la ville elle-même, les massifs rhénans et les vallées autour de Coblence proposent les conditions idéales à des

sympas. Du Florinsmarkt, le touriste s'achemine vers la Münzplatz d'où l'on parvient à la Jesuitenplatz, en admirant au passage des édifices commerciaux joliment restaurés, les églises Florinskirche et Liebfrauenkirche et de nombreux autres témoins du patrimoine culturel. Lèche-vitrines moderne dans un cadre historique.

Pour marquer une pause bienvenue on peut s'attarder dans l'une des tavernes originales, ou s'asseoir à la terrasse d'un café, pour se restaurer et se rafraîchir. Quelques minutes vous séparent encore des rives du Rhin ou de la Moselle, une promenade dans un paysage de rêve.

Détente sportive et repos bienfaisant

vacances actives au milieu d'une région aux paysages stimulants.

Mais les amateurs de calme et de quiétude trouveront eux aussi d'innombrables occasions de détente, pour le plus grand bien du corps et de l'esprit, dans un environnement climatique d'une grande douceur.

Les plaisirs du palais

Certes, l'art du bien manger et du bien boire n'est pas l'apanage de Coblenz. Mais la **dégustation des spécialités du terroir et de la région procure un plaisir des plus singuliers.** Les plats typiques tels que le "Deppekoche", sorte de gratin de pommes de terre au lard et aux oignons, servi avec un vin de la vallée du Rhin ou de la Moselle - qui saurait leur résister?

Divertissements et culture, la grande tradition

Lorsqu'au mois d'août "Le Rhin est en flammes", des centaines de milliers de cœurs s'embrasent pour Coblenz. Culture et divertissements de haut niveau sont à l'ordre du jour tout au long de l'année à Coblenz.

Au programme figurent les concerts classiques de plein air, à la forteresse d'Ehrenbreitstein et sur l'esplanade du château des princes-
http://www.koblenz.de/stadtleben_kultur/koblenz_allgemeine_infos_f.html

Les brasseries en plein air, les tavernes, ou encore les nombreux estaminets, signalés par une ornementation florale ou par une bouteille au-dessus de l'entrée, et où l'on peut déguster le vin nouveau, renforcent la chaleur conviviale et permettent d'apprécier les produits du terroir. Les visiteurs sont vite adoptés et mêlent leurs voix aux chants célébrant le mythe du Rhin et de sa fidèle compagne la Moselle.

électeurs, ou les concerts choraux au château de Stolzenfels, aussi bien que le sport, les variétés et les fêtes populaires, les musées et les galeries.

A Coblenz, les occasions de festoyer ne manquent jamais, car dans le plus beau "coin" d'Allemagne l'amour de la vie est une chose toute naturelle. Coblenz n'attend plus que vous!

STAUDERNHEIM

La station de Staudernheim est située sur la Nahe, au pied de la célèbre Disibodenberg où le Glan la rejoint. Ici, dans un beau paysage de montagne, de rivière, de champs, de forêts et de prairies, vous trouverez le repos, la détente et les loisirs.

Des sentiers de randonnée bien balisés conduisent plus ou moins loin. Ce réseau de sentiers attire les cyclistes, les rollers et les



marcheurs "nordiques". Les nombreux bancs et les barbecues invitent à la détente. La rivière est comme une offre spéciale pour les pêcheurs avec 8 km d'eau tranquille où l'on trouve entre autres la truite, l'anguille et le blanc. La visite

<http://translate.google.be/translate?hl=fr&sl=de&u=http://www.bad-sobernheim.de/buergerservice/gemeinden/staudernheim&prev=/search%3Fq%3Dstaudernheim%26biw%3D1684%26bih%3D847>

du chemin à parcourir pieds nus de 3500 mètres entre Staudernheim et Bad Sobernheim est une expérience très spéciale, où vous pourrez découvrir à la fois la beauté des paysages ainsi que le bien-être physique.

La tour d'observation offre une vue magnifique sur la vallée de la Nahe.

Staudernheim est facilement accessible par l'A61 et B41.

1. Une visite de la ville permet d'admirer des maisons des 17ème et 18ème siècles.

Le village a probablement été fondé par les Francs vers le 6e siècle. En 1107 le nom de lieu est apparu, ainsi qu'en 1128 et 1146, il est alors appelé "Studernheim". L'histoire du village est étroitement liée à celle du monastère Disibodenberg jusqu'à la dissolution.

Ce n'est qu'en 1342 que Staudernheim devient paroisse et que l'église, auparavant filiale de Sobernheim, est consacrée église paroissiale de Saint-Nicolas.

En 1265 déjà on mentionne un premier pont sur la Nahe.

Au 15ème siècle le plus ancien sceau du village, de la cour de "Survivant du Saint-Laurent" montre comme un saint local.

Il nous faut espérer que les parcours nous conduiront à quelques uns des endroits mentionnés. Quoiqu'il en soit, notre promenade promet donc d'être agréable et instructive.

NOVEMBRE 2014

	<u>Anniversaires</u>	<u>Marches</u>	<u>Mémo</u>
S	1		
D	2 <i>Rita WIOMONT</i> (Epe <i>FELLER</i> Marcel) <i>Henri GARLEMENT</i>		
L	3		
M	4		
M	5		
J	6		
V	7		
S	8 <i>Bernard PERREAUX</i>	BERTRANGE	
D	9 <i>Claudine LANGEN</i> (Epe <i>DECKER</i> René)	WORMELDANGE	
L	10 <i>Adelin PARMENTIER</i>		
M	11		
M	12		
J	13 <i>Cyrille VAN DAMME</i>		
V	14		
S	15		
D	16 <i>Adrienne RICCARDI</i> <i>Josiane LASSENCE</i>	KEHLEN	
L	17		
M	18 <i>Jean-Marie GUEBEL</i>		
M	19 <i>Annie LUCAS</i> (Epe <i>ROSIERE</i> Daniel) <i>Marie-Paule JACOB</i> (Epe <i>GILLARD</i> Jean-Louis)		
J	20		
V	21		
S	22 <i>Bénédicte STANUS</i> (Epe <i>BEERENS</i> Daniel)		
D	23	BETTENDORF	
L	24		
M	25		
M	26 <i>Tom PARMENTIER</i>		
J	27		
V	28 <i>Marie-Michèle GUIOL</i>		
S	29		
D	30 <i>Monique MEINGUET</i> (Epe <i>PIROTTE</i> José)	ETTELBRUCK	



DECEMBRE 2014

<u>Anniversaires</u>	<u>Marches</u>	<u>Mémo</u>
L 1		
M 2		
M 3 <i>Pierre ALBESSART</i>		
J 4 <i>André VALET</i>		
V 5		
S 6	COBLENCE	CAR DU CLUB
D 7	BETTBORN	CAR DU CLUB
L 8	LANGSUR	
M 9		
M 10 <i>Albert PIERRE</i>		
J 11		
V 12		
S 13	ARLON	MARCHE DU CLUB
D 14 <i>José CORNET</i>	HAMM	
L 15 <i>Paul DELAIT</i>		
M 16 <i>Dominique KEZER</i>		
M 17		
J 18 <i>Jeannine AUBRY</i> <i>(Epe PAQUAY Louis)</i>		
V 19 <i>Maria SCHOLTES</i> <i>(Epe FRETZ Nicolas)</i>		
S 20	LUXEMBOURG	
D 21		
L 22 <i>Marcelle GOELFF</i>		
M 23 <i>Daniel LASSENCE</i>		
M 24		
J 25		
V 26		
S 27 <i>Francis DEPIERREUX</i>		
D 28	BERINGEN	
L 29 <i>Laurence BRESSARD</i> <i>(Epe MONHONVAL Jean-François)</i>		
M 30 <i>Emile SCHRONDWEILER</i>		
M 31		

