



Pour toutes informations, questions sur les parcours :
 Allo ARTLH : 06 24 76 57 41 ... Liliane à votre écoute... - 06 77 76 31 21 ...Michel est là pour vous ...

JEUDI 13 JUIN 2019

RANDONNÉE PÉDESTRE, DÉCOUVERTE, PURETÉ DE LA NATURE ET CONVIVIALITÉ !

Programme Sportif

Parmi toutes les activités de la région sports et loisirs, la randonnée reste la plus belle des façons de découvrir la région de la Manche à travers ses paysages sauvages et spectaculaires, balayés par les vents.

Adeptes de la randonnée, amateurs de balades nous vous proposons une randonnée à pied sur le chemin des douaniers (GR223) ou sentier du Littoral dans la Hague :

Longer les côtes, emprunter les sentiers, visiter quelques sites, découvrir la variété des paysages naturels remarquables et de profiter de la pureté de la nature.

L'une des plus belles randonnées le long du littoral du Cotentin (Manche). Découvertes des principaux sites : Nez Bayard, Cap de la Hague, Port de Goury, Baie d'Elcagrain, Nez de Jobourg

Port Racine au Nez de Jobourg (Départ Saint Germain des Veaux)

— le tracé à suivre est indiqué en bleu

INFORMATION : Un pique-nique individuel sera affecté à chaque participant. Chacun peut ajouter éventuellement une spécialité de sa région ou boisson pour rendre ce repas plus convivial !



Fiche Logistique

8h15 : Rendez-vous Accueil du congrès
 8h30 : Départ en bus pour Saint Germain Les Vaux – Port Racine via Cherbourg

10h00 – 15h30 : Randonnée - Pique - Nique
 15h30 : Retour en bus à Saint-Lô
 17h00 : Parc des Exposition



Fiche sécurité

Équipement : chaussures adaptées à la randonnée, Bâtons de marche, lunettes, vêtements pour la chaleur, vent, pluie ou froid.

Sac à dos spacieux pour permettre le stockage d'eau, et Pique-nique.

Si la météo ne permettait pas de réaliser cette randonnée, une autre activité adaptée sera proposée.

Condition physique adaptée à la distance, à la durée et au rythme

Précaution : Vérifier que vous possédez une assurance

Fiche pratique

Situation : Le long du littoral du Cotentin

Distance 13 kilomètres

Dénivelé : 323 mètres, avec des altitudes variant de 0 à 103 mètres.

Balisage : rouge-blanc

Durée : 6 heures de marche à pied et visites de sites, pour effectuer l'ensemble du trajet jusqu'à Nez de Jobourg.

Pas de difficulté technique particulière. *Attention cependant, certains passages sont positionnés à flanc de falaises avec un aplomb de plusieurs dizaines de mètres, ils pourraient déstabiliser les personnes ayant un vertige fort ou même moyen.*



Pour toutes informations, questions sur les parcours :
Allo ARTLH : 06 24 76 57 41 ... Liliane à votre écoute... - 06 77 76 31 21 ... Michel est là pour vous ...

JEUDI 13 JUIN 2019

CAP SUR CHERBOURG ET VISITEZ LES ESPACES DE LA CITÉ DE LA MER !

Programme Promeneur

L'aventure au cœur des océans à La Cité de la Mer !

Située au cœur de l'ancienne Gare Maritime Transatlantique de Cherbourg, La Cité de la Mer est un site unique en Normandie. Découvrez, en une journée complète de visite, l'aventure de l'homme à la conquête des grands fonds, admirez une biodiversité étonnante et rêvez de devenir pilote d'engins sous-marins !

Embarquez et explorez le Redoutable, le plus grand sous-marin visitable au monde. - Visite auto guidée de 35 minutes. **Émerveillez-vous devant les 1200 poissons colorés** qui peuplent les 17 bassins, dont l'impressionnant Aquarium Abyssal de 11 mètres de profondeur. Au sein du pavillon des expositions permanentes, le parcours muséographique permet aux visiteurs de découvrir comment l'homme, tiraillé entre ses peurs de l'inconnu et son goût pour l'aventure, s'est risqué de plus en plus profond sous la surface. Dix-sept aquariums avec plus de mille poissons.

Revivez la légende du Titanic, depuis son escale à Cherbourg jusqu'à la nuit du naufrage.

Implanté dans la salle des bagages et une partie du rez-de-chaussée de la gare maritime transatlantique, cet espace offre aux visiteurs la possibilité de vivre en différé et en accéléré le voyage du Titanic depuis son escale à Cherbourg le 10 avril 1912 à 18 h 35 jusqu'à la nuit du naufrage le 15 avril au large de Terre-Neuve.

Découvrez une collection unique d'engins emblématiques de la plongée profonde. La grande galerie des engins et des hommes. Inaugurée en février 2011, la grande galerie des engins et des hommes présente dans la nef d'accueil une collection unique d'engins sous-marins internationaux. Elle met également en avant les hommes (ingénieurs, scientifiques, pilotes, etc.) qui ont conçu, testé ou utilisé ces sous-marins habités.

Un monde à explorer, les fonds marins

Au sein du pavillon des expositions permanentes, le parcours muséographique permet aux visiteurs de découvrir comment l'homme, tiraillé entre ses peurs de l'inconnu et son goût pour l'aventure, s'est risqué de plus en plus profond sous la surface. Dix-sept aquariums avec plus de mille poissons — dont l'aquarium abyssal, de 10,70 m de profondeur ou le bassin tactile — permettent de voir comment l'homme s'est inspiré du monde animal pour inventer des techniques d'évolution sous-marine. Depuis avril 2008, une attraction propose une visite virtuelle des fonds abyssaux, On a marché sous la mer, un voyage aux côtés du capitaine Glass, à la découverte d'oasis et de créatures sous-marines.

Flânez à la boutique et déjeunez au sein de la Cité restaurant Le quai des mers !

Fiche Logistique
 8h15 : Rendez-vous Accueil du congrès
 8h30 : Départ en bus pour Cherbourg
 9h30 : Cherbourg Cité de la mer

13h00 : Déjeuner au « Quai des Mers »
 16h15 : Retour en bus à Saint Lô
 17h15 : Arrivée à Saint Lô





Pour toutes informations, questions sur les parcours :
 Allo ARTLH : 06 24 76 57 41 ... Liliane à votre écoute... - 06 77 76 31 21 ...Michel est là pour vous ...

VENDREDI 14 JUIN 2019

LA NORMANDIE EN VÉLO ! DES VOIES VERTES QUI FONT LA JOIE DE CYCLISTES.

Programme Sportif

Un véritable régal pour les cyclistes de tous horizons ! Avec son paysage côtier varié, ses plaines, son bocage, ses vallons, ses forêts, ses plages, son patrimoine historique et culturel, sans oublier sa gastronomie, la Normandie a tout pour plaire.

Cyclo tourisme au cœur des plages du débarquement et de la bataille de Normandie.

C'est à vélo que nous vous convions à nous suivre pour découvrir des sites incontournables, les nombreux vestiges qui jonchent de leurs formes mystérieuses ces plages ô combien importantes pour la libération de l'Europe du joug nazi. Cimetières, musées et panoramas ont été aménagés pour nous donner les clés de compréhension et nous aider à cerner les enjeux du Débarquement et de la Bataille de Normandie.

Vous partirez de Bayeux, première ville libérée, qui fut miraculeusement épargnée lors de ces combats. Dans cette cité médiévale pleine de charme votre découverte vous mènera à deux joyaux : la cathédrale et la Tapisserie de Bayeux inscrite au registre Mémoire du Monde de l'UNESCO.

Ce circuit offre de magnifiques panoramas sur les côtes du Bessin et traverse les espaces naturels du conservatoire du littoral.



Vous visiterez Arromanches les Bains, ville balnéaire, avec ses villas, son port artificiel et ses musées du Débarquement, port artificiel pour le ravitaillement des Alliés.

Vous contemplerez Port en Bessin Huppain, port pétrolier lors du débarquement.

Vous revivrez le D-Day et la célèbre bataille de Normandie et partirez à la découverte de ces plages mythiques, témoins de l'Histoire et lieu de la célèbre opération Overlord du 6 juin 44.

Vous découvrirez la célèbre plage d'Omaha Beach, située à Colleville sur Mer, site historique du D-Day qui connut de terribles affrontements le 6 juin 1944 lors du débarquement des troupes américaines.

Elles y subiront de lourdes pertes le Jour J ce qui vaudra à ce lieu le triste surnom de Bloody Omaha, « Omaha la sanglante ». Sur le sable d'Omaha Beach, de Saint-Laurent-sur-Mer plus précisément, se dresse la Statue des Braves.

Le cimetière marin de Colleville sur Mer inauguré en 1956 a été édifié au cœur d'un espace de 70 hectares concédé par la France aux États-Unis. 9387 pierres tombales parfaitement alignées sur une majestueuse esplanade de gazon...

L'émotion est grande, presque palpable.

INFORMATION : Un pique-nique individuel sera affecté à chaque participant. Chacun peut ajouter éventuellement une spécialité de sa région ou boisson pour rendre ce repas plus convivial !

Fiche pratique Circuit

Parcours : Bayeux, Arrochanches les Bains, Port en Bessin, Omaha Beach, Colleville sur Mer, Bayeux

Distance : 60 kilomètres

Dénivelé : 31 à 75 mètres

Durée : 6 heures de cyclotourisme

Fiche Logistique

8h15 : Rendez-vous Accueil du congrès Un pique-nique est remis à chaque participant.

8h30 : Départ en bus pour Bayeux

9h00 : Prise en charge des vélos

10h00 : Arromanches les Bains

12h30 : Port en Bessin

13h00 : Pique Nique

13h00 : Omaha Beach, Colleville sur Mer

15h00 : Retour vers Bayeux

16h30 : Départ en bus vers Saint-Lô.

17h00 : Arrivée à Saint-Lô





Pour toutes informations, questions sur les parcours :
Allo ARTLH : 06 24 76 57 41 ... Liliane à votre écoute... - 06 77 76 31 21 ... Michel est là pour vous ...

VENDREDI 14 JUIN 2019

SE REPLONGER DANS L'HISTOIRE SUR LES PLAGES DE NORMANDIE

Programme Promeneur

La Normandie est connue pour ses paysages, mais aussi pour ses plages marquées par l'histoire. C'est une des plus célèbres Plages du Débarquement, que nous vous proposons de visiter.

Utah Beach et le Musée du Débarquement... Une atmosphère remplie d'Histoire et d'émotions

Utah Beach est l'appellation d'une des cinq plages du débarquement de Normandie le 6 juin 1944. Plage la plus à l'ouest des zones du débarquement allié et la seule située dans le département de la Manche

Incontournable, Utah Beach est la zone de débarquement la plus à l'ouest. Longue de 5 kilomètres, de Sainte Marie du Mont à Quinéville, la prise de cette plage a pour objectif le contrôle du port de Cherbourg et son précieux port en eau profonde. Le débarquement d'Utah, le 6 juin 1944, a été précédé d'une opération aéroportée de nuit. Couteuse en vies humaines, cette opération a été menée afin de contrôler les quelques routes au travers des marais, permettant d'enlever des obstacles sur le sable. A l'aube, le 6 juin 44, les Allemands, incrédules, découvrent devant leurs yeux une véritable Armada. L'opération Overlord débutait avec l'opération Neptune.

LE MUSEE DU DEBARQUEMENT construit à l'endroit même où les troupes américaines ont débarqué le 6 juin 1944 en Normandie dans le département de la Manche, le Musée de Utah Beach raconte en dix séquences les événements du jour J, depuis sa préparation jusqu'à son aboutissement et son succès.

Grace à ce parcours chronologique complet, plongez dans l'Histoire du Débarquement et venez découvrir une collection riche en objets, véhicules, matériels et témoignages.

Admirez un authentique bombardier B26, avion d'exception dont il ne reste que quelques exemplaires dans le monde, et revivez l'épopée des soldats américains au travers du film « La plage de la victoire » récompensé par le CINE GOLDEN AWARD du documentaire 2012 et par le prix spécial du Jury 2013.

Vous déjeunerez au restaurant historique le Roosevelt qui était en 1942 une simple maison de pêcheurs abritée dans les dunes. De 1942 à juin 1944, elle servit de bureau à l'organisation Tod et de P.C de la première Brigade du Génie U.S Attenant à la maison, un bunker servit probablement de central téléphonique pour l'armée allemande puis hébergea de juin à novembre 1944 le centre de communication de la marine américaine qui assurait le trafic entre la flotte et le front.

Sur les murs de ce bunker, les signatures de ces hommes sont le témoignage vivant de leur présence il y a plus de 70 ans. A l'intérieur du bunker, vous découvrirez une reconstitution du centre de communication de l'époque.

C'est au cœur de cette maison historique, dans une ambiance de la libération, au son des « Andrews Sisters », que vous pourrez faire une pause au milieu des centaines de signatures de vétérans, Peut-être y rencontrerez-vous un Héros...

Après une visite de la boutique, le voyage continuera en bus le long des plages du débarquement.

Vous ferez un arrêt à Port-en-Bessin-Huppain. Vous y découvrirez l'un des grands ports de pêche normands qui depuis plus de mille ans tire profit d'un site privilégié, havre naturel creusé entre deux falaises.

Enfin, vous rejoindrez Bayeux puis St Lô par le bocage normand.

Fiche Logistique

8h15 : Rendez-vous Accueil du congrès Un pique-nique est remis à chaque participant.

8h30 : Départ en bus pour Bayeux

9h30 : Dépose du groupe 1

10h00 : Sainte Marie du Mont : visite musée et plage

13h00 : Déjeuner au restaurant Roosevelt (Site Musée)

14h30 : Découverte du littoral en bus. Arrêt à Port Bessin

16h00 : Retour vers Bayeux pour prise en charge du groupe 1

16h30 : Départ en bus vers Saint-Lô.



Bulletin d'inscription Accompagnant / Retraité

Nom : Prénom :
 Adresse :
 Ville : Code postal
 Téléphone :
 E mail : (pour les informations logistiques).....

Je choisis la formule touristique :

- | | | |
|--|---|--|
| <input checked="" type="checkbox"/> Retraité | Formule 1 Sportive <input type="checkbox"/> | Formule 2 Promeneur <input type="checkbox"/> |
| <input checked="" type="checkbox"/> Accompagnant | Formule 1 Sportive <input type="checkbox"/> | Formule 2 Promeneur <input type="checkbox"/> |

Je souhaite participer aux journées d'études, en qualité de :

- Membre retraité à jour de toutes ses cotisations et ne participant pas aux sorties touristiques 0 €
- Membre retraité à jour de toutes ses cotisations et participant aux sorties touristiques 60 €

Je souhaite inscrire un accompagnant :

- Accompagnant(e) membre participant 120 €
- Accompagnant(e) membre retraité 120 €

Inscriptions prestations

- Dîner du 12 juin à régler avec le bulletin d'inscription avant le 31 mai 2019 ... personne(s) x 25 € = €
- Membre retraité à la soirée du 13 juin (inclus dans le forfait d'inscription) ... personne(s)
- Membre retraité à la soirée de clôture du 14 juin (inclus dans le forfait d'inscription) ... personne(s)
- Accompagnant (les sorties touristiques et les 4 repas compris) ... personne(s) x 120 € = €

TOTAL à régler..... €

* Aucune réservation ne sera prise en compte sans règlement préalable

**Bulletin d'inscription en ligne sur www.artlh.fr ou
à renvoyer par mail impérativement avant le 31 mai 2019**

nous-joindre@artlh.fr ☎ 06 23 83 18 73

Règlement par virement :

Banque Populaire Val de France
 IBAN : FR7618707006453072169932779
 BIC CCBPFRPPVER
 CB 18707 - CG 00645
 N°Cpte 30721699327 - Clé RIB 79
 Domiciliation PVF CHAMBRAY LES TOURS

Inscription et Règlement par chèque :

Frédéric Humbert - trésorier ARTLH
 A209 Papeterie de Bretagne
 7, Rue Aimée ANTIGNAC
 35000 RENNES

Pour faciliter l'organisation logistique merci d'indiquer votre hôtel :

Mode de déplacement : voiture oui non