

Balises

5
3

LA LETTRE DE LA RANDONNÉE PÉDESTRE EN MAYENNE / N°112 / AVRIL 2018

édito

VOTRE NOUVEL AMI : UN NOUVEAU TOPO DE 46 RANDONNÉES AUTOUR DE LAVAL ET LOIRON

Assurément, vous y trouverez les plus beaux circuits en partant du centre des bourgs ou du cœur même de notre capitale. Ce topo est le fruit d'un patient travail de plusieurs années qui a mobilisé de nombreux acteurs pour le choix des propositions, l'assurance de chemins ouverts, quelques accords sur terrains privés, la création de sentiers nouveaux.

Nos baliseurs formés sont comme bien souvent vos seuls guides bénévoles pour pérégriner dans les douces et vertes périphéries urbaines et pour pénétrer sans se perdre au milieu de paysages vallonnés.

Cinq rivières, une myriade de ruisseaux, ça creuse un plateau traversé d'une rare variété géologique. Des volcans en Mayenne ! des pentes abruptes qui coupent le souffle ! des chemins bordés de haies profondément creusés ! un patrimoine de l'Antiquité au passé ou présent industriel ! une histoire des chemins ! Vous trouverez cela et plus encore dans le topo.

En prime, le circuit communautaire vous permet de réaliser à la carte, vos brefs, moyens ou longs parcours à pied ou à VTT... avec le halage pour ménager votre fatigue.

Complétez vos randos en vous informant sur le site

laval.tourisme.fr.

Etonnez-vous en prenant le TER.

Recherchez un lieu de restauration, allez boire un gorgéon dans un café.

Ce topo, votre nouvel ami ! Vous le trouvez au Comité. Une excellente idée de rencontre avec Marie, Delphine ou Carole qui vous répondent aussi sur mayenne@ffrandonnee.fr.

Vous pouvez même dialoguer avec elles en amis sur

<https://www.facebook.com/randonneemayenne>

Alain Guéguen, président de FFRandonnée Mayenne

On peut aisément pardonner à l'enfant qui a peur de l'obscurité.

La vraie tragédie de la vie, c'est lorsque les hommes ont peur de la lumière."

Platon, philosophe grec du 5^e siècle av. J.C.

En 2018, le Comité Départemental représente

29 associations qui ont de 5 à 203 adhérents

1672 licenciés dont 62.4 % de femmes

Âge moyen 62 ans (de 3 mois à 91 ans)

244 abonnés à Passion Magazine

971 adresses mail

296 adresses postales



BREVET DU 1 MAI BOURGNEUF LA FORET

Après Andouillé, l'année dernière, cette année, le brevet du 1 mai, se déroulera au

BOURGNEUF LA FORET.

Comme tous les ans, vous aurez le choix entre 5, 10, 20, 30, 40, 50 km, ou la marche nordique.

Si vous avez participé l'an dernier, le coupon d'inscription va arriver chez vous, par voie postale ou internet, sinon vous pouvez vous en procurer au Comité, à l'office de tourisme de Laval ou sur le site internet.

Pour une bonne organisation, inscrivez-vous avant le 14 avril.

Tarif majoré si inscription sur place.

Comme l'an dernier, vous pouvez vous inscrire et payer directement sur internet via

<https://mayenne.ffrandonnee.fr/>

Rappel : changement d'adresse mail du comité :
mayenne@ffrandonnee.fr

SOMMAIRE

Page 1 :	Éditorial Statistiques licences Brevet du 1 mai À vos agendas
Page 2 :	Recensement piqures de tiques Nouveau topo guide
Page 3 :	Compte-rendu de l'assemblée générale à Argentré Nouveau balisage
Page 4 :	Info circuit Fougerolles du Plessis La Vendée à Pied La vie secrète des sols

A VOS AGENDAS

Le 8 avril 2018 : 13^eème rando loisirs organisée par l'office de tourisme de Laval. A St Germain le Fouilloux, départ à 8h45 (voir site internet)

Du 15 au 21 avril : Rando Bretagne dans le Morbihan (voir bretagne.ffrandonnee.fr)

Le 1 mai : Brevet du randonneur au Bourgneuf la Forêt (voir site internet)

Du 30 juin au 7 juillet : La Vendée à pied (voir page 4 et vendee.ffrandonnee.fr)

FFRandonnée
les chemins, une richesse partagée
Mayenne

84 avenue Robert Buron
CS 30325 - 53003 LAVAL Cedex
Tél. 02 43 53 12 91
Email : mayenne@ffrandonnee.fr
<https://mayenne.ffrandonnee.fr>

Balises 53
N° 112
page 1

RECENSEMENT DES PIQÛRES DE TIQUES

Dans le N° 101 de Balises53 de juillet 2015, nous vous informons sur les dangers des piqûres de tiques et la maladie de Lyme qu'elles peuvent provoquer. Les randonneurs que nous sommes sont une cible privilégiée, de par notre activité en pleine nature.

Après de nombreuses années de silence, la Direction Générale de la Santé lance plusieurs mesures de prévention contre les tiques dont une application pour permettre au plus grand nombre de signaler les piqûres de l'acarien.

L'objectif est d'obtenir une masse de données suffisamment importante pour concevoir des modèles mathématiques de prévision géogra-

phique du risque.

L'INRA, Institut National de la Recherche Agronomique, a ouvert un site qui donne une conduite à tenir simple et concrète en cas de piqûres.

Il permet de déclarer en ligne les cas de piqûres ce qui permettra d'établir une cartographie de tiques sur le territoire.

Consulter le site de signalement :

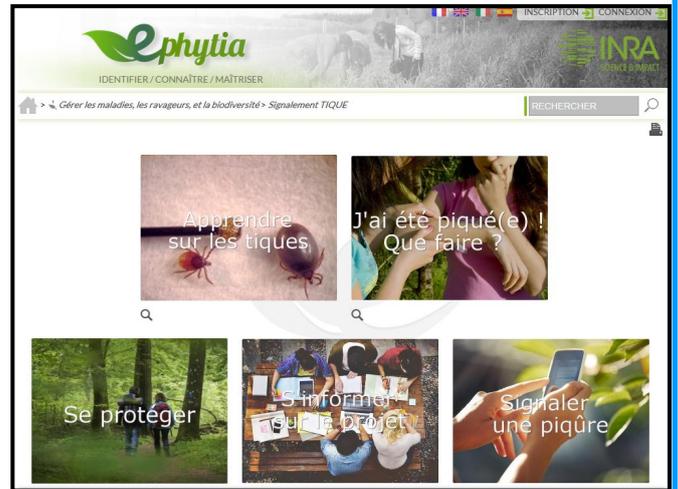
ephytia.inra.fr/fr/D/9247

Une application est téléchargeable par le biais de :

[Play Store](#) ou d'[App Store](#).

À consulter : Dépliant 2017 : [Maladie de Lyme et prévention des piqûres de tiques](#)

Aperçu du site de signalement mis en place par l'INRA ephytia.inra.fr/fr/D/9247.

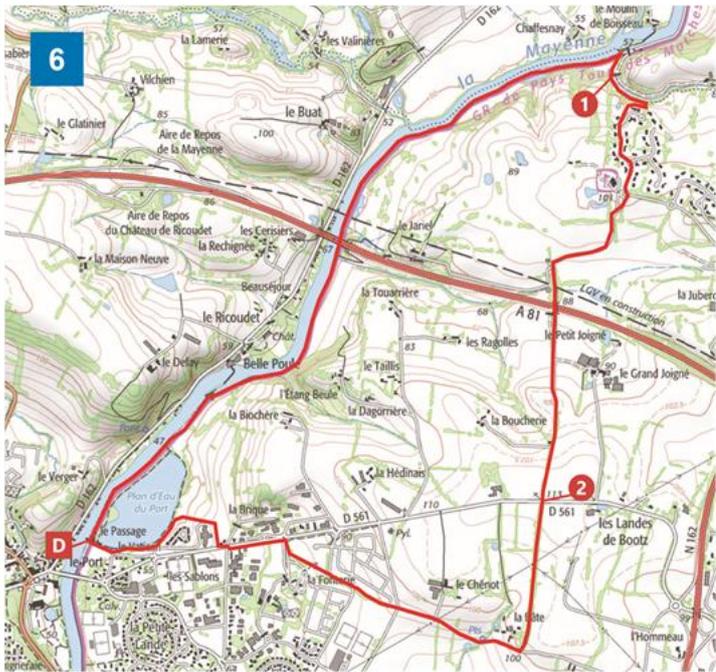


NOUVEAU TOPO-GUIDE

« *Autour de Laval et Loiron, 46 promenades et randonnées* »

Dans l'éditorial, Alain Guéguen, vous parle d'un nouveau

topo-guide de randonnées autour de Laval et Loiron. Il sera disponible vers la mi-avril. Pour vous donner un aperçu du contenu, nous avons sélectionné l'une des 112 pages.... Des belles randos en perspective !



LE CHEMIN DE HALAGE

Au milieu du 19^e s, la canalisation de la Mayenne est entreprise. Des moulins anciens sont détruits et des ouvrages sont réalisés sur chaque barrage en pierre avec écluses permettant le passage de bateaux tirés par des chevaux sur le nouveau chemin de halage. A Changé, l'activité industrielle est ancienne et se développe à la fin du 19^e s : carrières de pierres, d'ardoises, de sables, de graviers, 6 fours à chaux, fabrique de briques réfractaires, mine de fer, forge, usine de pavage de trottoirs, blanchisserie et teinturerie. L'activité maritime

est donc importante. Le premier pont est construit par Eiffel en 1872. Auparavant, il fallait prendre un bac pour *gens à pied et bestes de somme afin de passer et repasser toutes fois qu'ils voudront sans salaires.*



Circuit du golf



D Par le chemin de halage, remontée du cours de la Mayenne au long du plan d'eau du Vatican creusé en 1970 à partir d'une carrière de sable, galets et graviers déposés par les eaux souvent furieuses de la Mayenne avant la canalisation de 1858. Sur le parcours, plus visibles rive droite, autour de Belle-Poule, barres gréseuses et conglomérats remaniés il y a 350 M d'années. Dès le parc du château de Ricoudet, folie (belvédère) de la comtesse d'Elva en 1864, le relief s'adoucit avec des mamelons sur un sous-sol plus jeune de 50 M d'années avec des sédiments calcaires contenant des débris d'animaux marins.

1 Juste après l'écluse de Boisseau, chemin de meunerie remontant à un lotissement « campagnard ». Après l'impasse du Mistral et l'allée des Quatre-Vents, parcours sur piste sablée. Après les passages sur LGV et A 81, traversée de route passagère.

2 Large chemin conduisant à la Bête. A droite par la voie du Chênot. Au carrefour, chemin ancien se faulant au milieu des habitats jusqu'à l'impasse des Tailleurs. Au rond point, allée piétonne. Le balisage vous conduit au Vatican (tous les chemins mènent à Rome !).

6

9,5 km
3 h 10



Situation

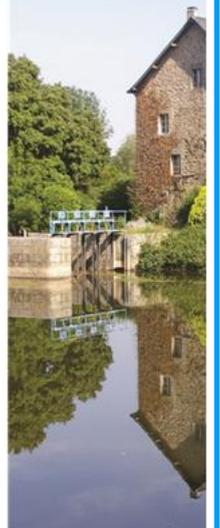
Changé à 3 km au N de Laval, en rive gauche de la Mayenne

Parking

Parking du Port (base nautique, rive gauche)

Balisage

Circuit du golf



ASSEMBLÉE GÉNÉRALE À ARGENTRÉ LE 3 MARS 2018

Jean Marc Dupuis, président de l'association d'Argentré a fait un historique de l'association de randonnée en partant de 1976, date de sa création au sein de Familles Rurales. A l'aide d'un diaporama avec des photos d'archives, il a montré l'évolution de cette activité. Ce faisant, il a rendu hommage aux pionniers que furent Mr Paumard, Mr Rouland et Mr Gasdon, (en s'oubliant lui-même) qui ont grandement contribué au développement de la randonnée. Il a aussi remercié la municipalité qui a toujours été partie prenante dans la mise en place et l'entretien des chemins. L'association, actuellement au sein de l'Union Sportive Argentréenne, compte 63 licenciés.

Mr Olivier Bénard premier adjoint au maire est venu présenter la commune d'Argentré.

Avec 2800 habitants, c'est une ville fleurie, où on trouve tous les corps de métiers, commerces et services pour y bien vivre. Elle a la chance de posséder un beau plan d'eau et d'être traversée par la Jouanne ce qui lui donne un cadre de vie et un attrait touristique incontestable.

Avec 25 associations présentes sur les 29 du département et les 140 participants dans la salle, l'assemblée générale est déclarée ouverte par le président, Alain Guéguen.



Pour le rapport d'activité de l'année 2017, chaque responsable de commission a présenté son bilan.

Le rapport financier approuvé par la vérificatrice aux comptes montre un déficit de 8925€ dû à une nouvelle embauche. Ce déficit est pris en charge par la réserve financière.

Le budget prévisionnel 2018 est établi avec un déficit de 49340€, dû en partie à l'absence de subvention du Conseil Départemental en 2018, et aux frais engagés pour l'édition de nouveaux topos. Cet effort en investissement, autorisé par nos réserves financières, permettra de dégager des marges de manœuvre pour les prochaines années.

Le rapport moral, le rapport financier et le budget prévisionnel ont été adoptés à l'unanimité.

Ensuite Alain Guéguen a présenté le rapport d'orientation et les défis du plan stratégique 2017-2020

- la rencontre avec le réseau associatif et les licenciés, la coopération avec les membres associés.

- La sauvegarde et la promotion des chemins, des itinéraires labellisés et GR et un balisage d'excellence.

- La valorisation des compétences des bénévoles et salariés pour répondre aux évolutions sociétales et techniques.

- Un schéma économique diversifié avec la production de topos et de fiches numériques et la réalisation de services aux collectivités.

- Une meilleure communication pour l'accès à la randonnée par tous.

- Le développement de coopérations avec les partenaires publics, privés et associatifs.

- Une gouvernance partagée favorisant l'engagement volontaire, le soutien et le développement du réseau.

En fin d'assemblée, Mr Lallemand du Comité Régional de la Randonnée a présenté les grandes orientations fédérales.

Mr Barbin directeur du Crédit Mutuel de Changé -St Tugal, Mme Vielle, conseillère départementale, Mr Milion directeur départemental de la cohésion sociale et de la protection des populations, ont tenu à apporter leur soutien et encouragements au Comité.

Après le repas, cette journée s'est achevée par une randonnée à la découverte du nouveau circuit qui longe la LGV et la Jouanne.

Un grand merci à l'association et à la municipalité d'Argentré pour cette excellente organisation.

Bernard Baron

NOUVEAUTÉ BALISAGE

Quand plusieurs itinéraires se croisent ou empruntent une portion commune, il n'est pas toujours facile de s'y retrouver. Il a donc été décidé de mettre en place un balisage

plus lisible en identifiant les circuits par un nom et un numéro.

Dans les Coëvrons, suite à la mise en place de la 3C (Communauté Communes des Coëvrons) début janvier 2013, un conseil de la randonnée a été créé.

Celui-ci est représenté par le Comité Départemental de la Randonnée Pédestre, les équestres, les VTT, les attelages, les services techniques de la 3C, les OTSI et les hébergeurs.

Ce conseil a adopté la charte de balisage de la FFRP pour l'harmonisation des différentes pratiques de la rando.

Ce conseil a également revu l'entretien, la mise en place d'un balisage et d'une signalétique avec les services techniques de la 3C.

Les circuits sont numérotés sur le secteur de Ste Suzanne, Saulges, Ste Gemmes le Robert, Mézangers, Hambers. Le secteur de Bais, Montsurs et Evron est actuellement en cours de réalisation

Du n° 1 au n° 19 : circuits VTT, équestres et hippomobiles et du n° 20 à x : circuits pédestres .

Des panneaux d'informations sont mis en place au départ des différents circuits et lieux touristiques. Les illustrations ci-contre montrent la signalétique et le balisage.

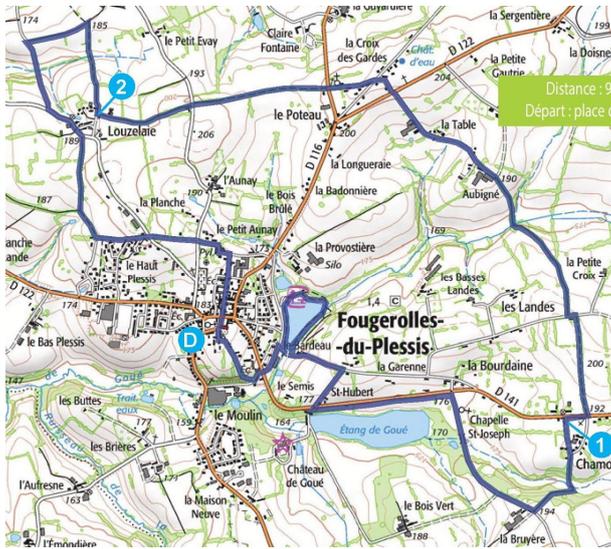
Ce type de balisage est aussi déployé sur St Berthevin. Il sera mis en

place progressivement dans les secteurs qui rencontrent cette même problématique de densité de circuits.

Jean Louis Talvard



Balisés 53; N°112 p.3



MODIFICATION DU CIRCUIT DE FOUGÈRES-DU PLESSIS

Le circuit de Goué et Claire-Fontaine a été modifié au niveau du passage à proximité de l'étang de Goué. La carte peut-être téléchargée à partir du site internet à l'encart « Alertes circuits »

La Vendée à pied en 2018
infos et inscriptions sur :



LA VIE SECRETE DES SOLS - « Vous prendrez bien un ver ? »

Imperceptible à nos yeux, la vie sous terre foisonne. De l'infiniment petit aux animaux visibles à l'œil nu, la faune ne manque pas. Elle assure le fonctionnement des écosystèmes. Sans eux, on ne pourrait pas cultiver les sols. Parmi ces habitants discrets figurent **les vers de terre ou lombrics**.

Les vers de terre jouent un rôle fondamental dans la production, la structuration, l'entretien et la productivité des sols. Le philosophe grec Aristote (4^e S av J.C.) les appelait déjà les « intestins de la terre ».

Ils sont classés en trois catégories écologiques :

Les épigées (du grec *epi* : sur et *gé* : terre), vivant à la surface du sol, sont les plus exposées aux aléas climatiques, à la prédation, aux pesticides et aux opérations de travail du sol par motocolteurs ou bêches. Ces espèces se nourrissent des restes des végétaux. Ces vers sont fins et tout petits (5 cm de long et 0,5 cm de diamètre). Grâce à leur travail, ils jouent un rôle écologique majeur en termes d'aération et de micro-drainage du sol.

Les endogés (*endo* : dans ; *gé* : terre) sont des vers de taille moyenne. Ils ne sont pas colorés car ils voient peu la lumière du jour. Ils creusent des galeries horizontales

dans les premiers centimètres de la couche arable. Ils se nourrissent de la matière organique contenue dans le sol.

Les anéciques (du grec *anesis*, « élasticité ») sont des vers pigmentés de grande taille, jusqu'à 60cm de long et 1cm de diamètre ! Ils vivent dans des galeries généralement verticales et permanentes (jusqu'à trois mètres de profondeur). Ils se nourrissent de matière organique qu'ils prélèvent en surface la nuit et enfouissent dans leur galerie. Ils rejettent des déjections à la surface du sol, les turricules.

Bien que vivant surtout dans le sol, le lombric a des prédateurs qui sont notamment des oiseaux (le merle s'en délecte !), la taupe, le sanglier ou encore des insectes comme ce carabe doré.



Charles Darwin écrivait : « La charue est une des inventions

les plus anciennes et les plus précieuses de l'homme, mais longtemps avant qu'elle existât, le sol était de fait labouré par les vers de terre et il ne cessera jamais de l'être encore. Il est permis de douter qu'il y ait beaucoup d'autres animaux qui aient joué dans l'histoire du globe un rôle aussi important que ces créatures d'une organisation si inférieure »

Les vers de terre sont de grands travailleurs au rôle écologique important. Grâce à eux, la terre respire, s'aère, s'enrichit d'une flore microscopique obtenue par recyclage des déchets. Ils sont indispensables à la vie des sols, et ils ne touchent pas aux racines et aux plantes saines !

Alors ? Vous prendrez bien un ver ?

Sources : divers internet.

Daniel Le Jan

Anatomie d'un ver de terre

