

BULLETIN MENSUEL

119^{ème} ANNEE
MARS 2025
N°3



PB-PP
BELGIE(N) - BELGIQUE



SECRETARIAT :

Viviane MEYS
Avenue de Villegas 25
1083 Bruxelles

EDITEUR RESPONSABLE :

Yves VERSCHOREN
Avenue D. Poplimont 20/2
1090 Bruxelles

PUBLICATION OFFICIELLE DU CERCLE PEGASE asbl

Fondé en 1906 - Société Royale

Avenue D. Poplimont 20/2 - 1090 Bruxelles

BE0409.187.174 – RPM Bruxelles

Email : secretariat1@cerclepegase.be - Tél : 0473 56 56 81

[https:// www.cerlepegase.be](https://www.cerlepegase.be)

TRESORERIE : IBAN BE40 0000 1472 1263 CERCLE PEGASE - Bruxelles
BIC GEBABEBB

SECRETARIAT : Viviane MEYS (GSM 0473 56 56 81)
Courriel : secretariat1@cerclepegase.be

BULLETIN : Anca CUCU
Courriel : anca.cucu@cerclepegase.be

! COTISATION 2025

- Membre adhérent : **25€** (les nouveaux membres sont priés de renvoyer un bulletin d'adhésion complété au secrétariat ou via le site. **Ce bulletin ne doit être rempli qu'une seule fois** : un simple versement de la cotisation suffit ensuite pour prolonger l'inscription)
- Jeune (moins de 18 ans) : **1€** (sans envoi du programme)
- Membre ASBL **2,50€** (en supplément de la cotisation normale)
Les membres de l'ASBL sont ceux ayant une ancienneté d'au moins 3 ans dont la candidature a été retenue par les membres de l'Assemblée Générale. **Ceux-ci sont priés de verser cette cotisation supplémentaire et la cotisation normale en un seul virement !**

La cotisation couvre l'année civile en cours. La cotisation donne le droit de participer *gratuitement* à toutes les balades !

Les paiements : doivent être effectués **par virement** au compte IBAN BE40 0000 1472 1263 du Cercle Pégase (BIC GEBABEBB)

Remboursement mutuelle : Dans le but d'encourager l'exercice physique - gage de bonne santé - certaines mutuelles interviennent dans les frais de cotisations de leurs membres à un cercle sportif. Si tel est votre cas, procurez-vous le document auprès de votre mutuelle. Après l'avoir complété, envoyez-le, **accompagné d'une enveloppe timbrée et adressée à votre nom ou à celui de votre mutuelle**, à Mme V.Meys, Avenue de Villegas 25 à 1083 Bruxelles, qui le fera suivre revêtu de sa signature et du cachet officiel du Cercle Pégase.

*N'oubliez pas de **signaler au secrétariat tout changement dans vos coordonnées** : adresse postale, adresse mail et téléphone.*

Le **Comité** se réunira le jeudi 6 mars à 18h00. La réunion se déroulera au Novotel, rue Marché-aux-Herbes 120.

SOMMAIRE

Assemblée Générale 2025	3
A vos agendas !	4
Babelcafé.....	5
Sous la loupe.....	5
Sorties cyclistes.....	8
Sorties pédestres des mercredi	9
Sorties pédestres des samedi	11
Sorties pédestres des dimanche	12
Programme des séjours cyclistes 2025	14
Lignes de conduite lors de nos sorties avec Pégase	32



Assemblée Générale 2025

L'assemblée générale du CERCLE PEGASE asbl aura lieu le **lundi 10 mars 2025 à 18h** à l'auberge de jeunesse « Jacques Brel », rue de la Sablonnière, 30 (place des Barricades) à Bruxelles. A cette occasion, l'assemblée générale procédera au renouvellement du Comité exécutif.

Détails dans le bulletin du mois de janvier 2025.

A VOS AGENDAS !



SAMEDI 12 – LUNDI 14 AVRIL - À vélo dans la région de Veluwe

Plus d'infos : Anne DASNOY ([annedasnoy\[AT\]yahoo.fr](mailto:annedasnoy@yahoo.fr) ou 0478 56 25 66)



JEUDI 29 MAI - DIMANCHE 1^{er} JUIN – Séjour à Libin

Détails : voir « Programme des séjours vélo 2024 » (p 14)

Plus d'infos : Patrick BAIRIN ([patrick.bairin\[AT\]cerclepegase.be](mailto:patrick.bairin@cerclepegase.be) ou 0476 66 85 74)



DIMANCHE 22 - DIMANCHE 29 JUIN

Fünf Flüsse Radweg (piste cyclable des 5 rivières)

Détails : voir « Programme des séjours vélo 2024 » (p 17)

Plus d'infos : Renaat JESPERS (0484 11 53 93 ou [renaatjaspers\[AT\]cerclepegase.be](mailto:renaatjaspers@cerclepegase.be))



SAMEDI 19 - SAMEDI 26 JUILLET

Elfstedentocht

Détails : voir « Programme des séjours vélo 2024 » (p 21)

Plus d'infos : Renaat JESPERS (0484 11 53 93 ou [renaatjaspers\[AT\]cerclepegase.be](mailto:renaatjaspers@cerclepegase.be))



VENDREDI 1ER - DIMANCHE 3 AOUT

Weekend au Condroz

Détails : voir « Programme des séjours vélo 2024 » (p 24)

Plus d'infos : Michel ARDUI (0474 43 22 41 ou [michelardui\[AT\]cerclepegase.be](mailto:michelardui@cerclepegase.be))



DIMANCHE 14 - JEUDI 18 SEPTEMBRE

Weekend prolongé dans l'Eifel

Détails : voir « Programme des séjours vélo 2024 » (p 26)

Plus d'infos : Michel ARDUI (0474 43 22 41 ou [michelardui\[AT\]cerclepegase.be](mailto:michelardui@cerclepegase.be))



VENDREDI 26 - DIMANCHE 28 SEPTEMBRE

Week-end prolongé à Bray-Dunes

Détails : voir « Programme des séjours vélo 2024 » (p 28)

Plus d'infos : Patrick BAIRIN (patrick.bairin[AT]cerclepegase.be ou 0476 66 85 74)



DIMANCHE 7 – SAMEDI 13 SEPTEMBRE 2025

Voyage annuel – Le Parc naturel régional des Vosges du Nord

Info : Patrick BAIRIN (patrick.bairin[AT]cerclepegase.be ou 0476 66 85 74) et sur notre site, www.cerlepegase.be.



BABELCAFE

Raymond KEGELS (0475 24 55 58) ou Gisèle VAN GRUNDERBEEK (0475 85 13 76 ou gisèle.vangrunderbeeck[AT]gmail.com) vous convie à un babbelfacé **le jeudi 27 mars** à partir de 18h au « **Manneken Pis café** », Rue Des Grands Carmes 31 à 1000 Bruxelles. Venez nous rejoindre pour prendre un verre, échanger, papoter, discuter de nos projets de randos ... Bref, venez babbeler avec nous.

SOUS LA LOUPE



VISITE DU SALON DU VELO ET DE LA MARCHÉ

Flanders Expo Gent – **le samedi 1^{er} mars**



**Fiets en
Wandelbeurs**

Renaat JESPERS (0484 11 53 93 ou renaatjaspers[AT]cerclepegase.be) vous propose la visite du Salon du vélo et de la marche 2025. Une source d'inspiration pour de nouvelles aventures en plein air : des idées de destinations et d'itinéraires, des équipements *outdoor*, des accessoires, des vélos (avec la possibilité de les tester) et environ 100 conférences.

Rendez-vous à la gare de Bruxelles Central à 9h. Train vers Gand à 9h20.

SORTIES CULTURELLES

Vendredi 7 mars

Visite guidée de l'Exposition "Les mondes de Paul Delvaux" au musée de la Boverie à Liège.

Organisation : Sophie HANSSEN (sophie.hanssen[AT]cerclepegase.be).

Inscription préalable auprès de Sophie HANSSEN

(sophie.hanssen[AT]cerclepegase.be) et versement du montant de 28€ sur le compte **BE97 3100 3529 4649** avec la mention *Expo Paul Delvaux*.



Au minimum 15 personnes, au maximum 20.

Le prix est de **28€/personne** (entrée et visite guidée). Malheureusement le Museum Pass et le prix senior ne sont pas valables pour cette exposition.

La visite guidée dure approximativement 1h30. Après la visite, possibilité de restauration à l'espace Madame Boverie, mais pas d'espace intérieur pour un pique-nique.

Rendez-vous à 9h40 à la gare de Bruxelles Central. Départ du train à 10h01 pour Liège Guillemins (direction Eupen). Retour vers Bruxelles : ..h02 arrivée à Bruxelles Central +56min.

Pour préparer notre visite : [Les Mondes de Paul Delvaux — Liège](#)

Vendredi 28 mars à 14h

Balade urbaine à Bruxelles. Sur les traces du « cheval de fer »

Inscription obligatoire auprès de Renaat JESPERS (0484 11 53 93 ou renaatjaspers[AT]cerclepegase.be)

Pour découvrir l'histoire du train à Bruxelles on pourrait dire qu'il suffit de visiter le musée du *Trainworld* à Schaerbeek. Il n'y a rien de mieux, tout de même, pour avoir une meilleure vue sur le terrain, que de retracer l'histoire de cette glorieuse ligne ferroviaire en sillonnant les rues de notre belle capitale en compagnie d'un guide passionné.



Rendez-vous : devant le Centre Pompidou (ancien garage Citroën), Square Saintelette 21, 1000 Brussel, à **13h50**



SORTIES CYCLISTES DE MARS

Responsable – Renaat JESPERS :

0484 11 53 93 ou renaatjespers[AT]cerclepegase.be

Nous vous conseillons vivement de porter un casque et de vous munir d'une chambre à air.

Les groupes cyclistes sont limités à 15 personnes. Il est absolument nécessaire de s'inscrire auprès du pilote.



**Attention : changement d'heure.
Le dimanche 30 mars à 02h00 du matin, il sera ...03h00 !**

Dimanche 2 mars - Renaat JESPERS - 42 km. Difficulté : facile. **Départ à 10h, Dorp 18, 9160 Daknam.** Visite du Fietskerk (possibilité de faire bénir votre vélo uniquement ce dimanche- la).

Inscription : renaatjespers[AT]cerclepegase.be ou sms 0484 11 53 93

Dimanche 23 mars - Nadine BRUNELLE – 51 km. Difficulté : facile. **Départ à 10h, Canal, 7090 Ronquières.** Avec toute la beauté du vieux Canal du Centre. Inscription : nadinebrunelle[AT]hotmail.com ou sms 0477 63 03 21

Dimanche 30 mars – Renaat JESPERS – 47 km. Difficulté : facile. **Départ à 10h, Markt, 3080 Tervuren.** Une sortie dans la vallée de la Voer entre Tervuren et Louvain. Inscription : renaatjespers[AT]cerclepegase.be ou sms 0484 11 53 93



SORTIES PEDESTRES DES MERCREDIS DE MARS

Pour info :

12 km - Robertine CLARK : robertine.clark[AT]cerclepegase.be

18 km – Richard DAVAL : richard.daval[AT]cerclepegase.be

25 km – Christine HAUBURSIN : christine.haubursin[AT]cerclepegase.be

Allures moyennes de marche

L = Lente : moins de 3,5 km/h

M = Moyenne : de 3,5 à 4 km/h.

S = Soutenue : de 4 à 4,5 km/h

R = Rapide : plus de 4,5 km/h.

NB : **PN** = pique-nique intégral

PN = pique-nique dans un établissement

Toutes les sorties sont circulaires, sauf mention contraire.

En cas de **conditions météorologiques défavorables**, veuillez prendre contact préalablement avec le pilote. Les **heures de retour** sont mentionnées à titre indicatif !

5 12 km – L – Agnès DEGOUY (0487 27 84 70) Départ à 10h35 de la **gare d'Eppegem**. Train S1759 en direction d'Anvers Central à 10h09 à la gare de Bruxelles Central (Bruxelles Midi à 10h04, Bruxelles Nord à 10h16). Arrivée à Eppegem à 10h33. Autour d'Eppegem, le long de la Senne, passage près du « Rubenskasteel ». **PN** au café « Rubenshof », Cardijnstraat 17 à **Eppegem**. Retour possible au pique-nique, gare d'Eppegem à 500 m

19 km – S – Richard DAVAL (0477 42 07 69) Départ à 10h15 de la gare d'**Ottignies** Bois des Rêves, Bois de Lauzelles. Train S8 3958 vers Louvain-la-Neuve : Bruxelles Central à 9h24, Bruxelles Nord à 9h30, Ottignies à 10h11. **PN** au « Beer Bar », Grand rue 5, 1348 **Louvain-la-Neuve**

12 12 km – L – Eddy BLOCKMANS (0473 65 13 07) Départ à 10h25 de **Sint Kwintens Lennik** Marktplain. De Lijn ligne R42 : gare de Bruxelles Midi à 9h37 (perron 9), Anderlecht La Roue à 9h51, Anderlecht Erasme à 9h58, arrivée à Lennik Marktplain à 10h22. **PN** à **Leerbeek** café « De JoNa ». Possibilité de quitter au PN, bus R42 arrêt Stelplaats à Leerbeek

19 km – S – Patrick MAERTEN (0499 18 99 19) Départ à 10h15 du **Cimetière d'Anderlecht**, av. du Soldat Britannique, métro ligne 5, arrêt Eddy Merckx, sortie à l'arrière de la station, 5 minutes à pied du cimetière. **PN** au café « De Merselborre », Schaliestraat 2, 1602 **Vlezenbeek**.

19 12 km – L – Carine VASSART (0497 44 13 81) Boucle Profondsart – Limal - Profondsart. Départ de la rando à 9h40 de la gare de **Profondsart** (parking à la gare). RV à la gare de Bruxelles Schuman pour prendre le train de 9h06 vers Louvain-la-Neuve (voie 2, deuxième voiture pour ceux qui seraient montés avant). **PN** à la Taverne Limaloise, à **Wavre**. Possibilité de partir après le PN : bus 22 et 36 vers la gare des bus de Wavre puis les bus Express pour Bruxelles ou la gare de Limal (5 minutes à pied) avec un train pour Ottignies puis Bruxelles

18 km – S – Rudi DE MOOR (0469 25 43 23) Départ à 10h de la gare de **Termonde (Dendermonde)** (parking aisé). Train de la gare de Bruxelles Midi à 9h03, direction Termonde (Jette à 9h18), arrivée à Termonde à 9h51. Autre possibilité : Bruxelles Central à 9h22 direction Termonde (Jette à 9h37) arrivée à Termonde à 9h56. PN au café « De Wimpel », 190 Grote Baan, 9310 **Aalst**

25 km – S – Christine HAUBURSIN (0484 59 96 51). Réunion à Herrmann-Debroux à 9h00. Départ à 9h11 en bus TEC 543 (direction Perwez). Arrivée à **Chaumont-Gistoux** à 10h07. Bois de Chaumont – Bois de Bonlez – Bois de l'Etoile – **Grez-Doiceau (PN)** – Bois de Beusart – Bossut-Gottechain - Florival. Retour en train à 16h46 (via Louvain). Arrivée Bruxelles Central à 17h44

26 12 km – L – André JONAS (0494 76 69 18) Départ à 10h15, **terminus du tram 81**, av. Marius Renard à **Anderlecht**. **PN** à **Sint-Anna-Pede**, café le Sint Anna. Possibilité de quitter au PN, bus De Lijn R 18

18 km – S – Béatrice VANDERELST (0499 39 10 98) Départ de la gare de **Genval** à 10h05 (parking dans les environs). Train vers Louvain-la-Neuve : Bruxelles Midi à 9h20 Bruxelles Central à 9h24 Bruxelles Nord à 9h30 Bruxelles Schumann à 9h38. Arrivée à 10h01. Balade vers Renipont Ohain. **PN** au Centre sporting de **Lasne**. Possibilité de soupe fraîche. Retour heure 58 ou 28.

25 km – R – Christine HAUBURSIN (0484 59 96 51). Réunion gare de Bruxelles Luxembourg à 7h40. Départ en train à 7h56 (Bruxelles Central 7h38, Bruxelles Nord 7h44) pour Rochefort-Jemelle où bus TEC 424 (D. 9h42) pour **Rochefort**. Arrivée Rochefort, ancienne gare à 9h49. Rochefort – Eprave - Jamblinne – **Ciergnon (PNI)** – Wanlin – Hérock – Houyet. Retour en train à 16h19 (via Namur). Arrivée Bruxelles Luxembourg 18h05 (Bruxelles Central 18h23).

NB : La pilote monte dans le train à la gare de Bruxelles Schuman

SORTIES PEDESTRES DES SAMEDIS DE MARS



Pour info :

Speedos – Robertine CLARK : robertine.clark[AT]cerclepegase.be

Butineurs – Marion SCHUBERTH : marion.schubert[AT]cerclepegase.be

Toutes les réunions ont lieu à 14h15 et les départs à 14h30.

Marches sportives circulaires d'environ 10 km. Allure de marche soutenue de 4 à 4,5 km/h

Marche des butineurs d'environ 6 à 7 km, également circulaire sauf mention contraire, parfois avec commentaires, allure plus modérée.

En cas de conditions météorologiques défavorables, veuillez prendre contact préalablement avec le pilote.

- 1 **Jacqueline THISSEN** (02 539 27 54 ou 0478 22 83 23) Réunion à **Tervuren-Parc** (terminus du tram 44)

En alternative, **Marion SCHUBERTH** (0474 76 96 14) propose une balade de Butineurs au départ du **carrefour Hunderenveld** : le Kattebroek, le Mont Thabor, le Scheutbos et le Bois du Wilder (tram 9, bus 20 et 87).

- 8 **Jean Pierre GALLE** (0472 24 61 37) Réunion au **cimetière d'Anderlecht**, av. des Millepertuis, métro ligne 5, station Eddy Merckx (suivre indications av des Stellaires en sortant à l'arrière de la rame)

En alternative, **Jacqueline THISSEN** (0478 22 83 23) propose une balade de Butineurs au départ de la **gare de Boitsfort** (tram 8). Fin de la balade Place Wiener (tram 8, bus 17, 41 et 95)

- 15 **Christine HAUBURSIN** (0484 59 96 51) Réunion aux **Quatre-Bras de Tervuren**. Drève de Ravenstein. Le pilote vous attendra à 14h15 à l'arrêt du T-bus 44 (arrêt Quatre-Bras) et vous conduira au lieu de RV à 5 minutes à pied. NB : Pas de parking drève de Ravenstein, préférez les transports en commun

En alternative, **Nadine DUQUENNOIS** (0479 80 30 23) propose une balade de Butineurs au départ de la **place Cardinal Mercier** devant la gare de Jette (tram 19 bus 14 et 88 et à proximité trams 51 62 et 93)

22 **André JONAS** (0494 76 69 18) Réunion à la **gare de Jette**, place Cardinal Mercier (tram19, bus 14 et 88 ou à 5 minutes à pied les trams 51 et 93 - arrêt cimetièrre de Jette)

En alternative, **Guy CAILLOUX** (0497 27 24 81) propose une balade de Butineurs au départ de l'arrêt « **Evere Shopping** » du bus 66, au croisement de la rue de Genève et de l'avenue des Loisirs, entre les grands magasins Carrefour et Delhaize. Il y a aussi l'arrêt « Evere Shopping » du tram 62 mais de là il faut traverser l'avenue Léopold III pour rejoindre l'arrêt du 66.

29 **André JONAS** (0494 76 69 18) Réunion sortie station **métro Erasme (côté hôpital)** ligne 5

En alternative **Christiane CLOETENS** (0478 47 00 62) propose une promenade de Butineurs à Ixelles autour de ses étangs, ses jardins et les alentours. RV devant l'Eglise Sainte Croix, **Place Sainte Croix** à Ixelles (juste à côté de la Place Flagey). Bus 38, 59, 71 et 60, tram 81.



SORTIES PEDESTRES DES DIMANCHES DE MARS

Pour info : Yves VERSCHOREN (0476 39 91 25) ou yvesl.verschoren@cerclepegase.be) se tient à votre disposition pour toute demande de renseignement pour toutes les randonnées.

En cas de **conditions météorologiques défavorables** (tempête, canicule...), veuillez prendre contact préalablement avec le pilote.

Veuillez **consulter le site la veille du jour de la randonnée** pour connaître les éventuels changements liés à des imprévus.

Allures moyennes de marche

L = Lente : moins de 3,5 km/heure

M = Moyenne : de 3,5 à 4 km/h

S = Soutenue : de 4 à 4,5 km/h

R = Rapide : plus de 4,5 km/h

NB : **PNI** = pique-nique intégral

PN = pique-nique dans un établissement



**Attention : changement d'heure.
Le dimanche 30 mars à 02h00 du matin, il sera ...03h00 !**

- 2 22 km – S – Jean-Marie VAN HANDENHOVE** (02 479 72 17 après 20h). **De Sint-Joris-Weert à Basse-Wavre.** RV à 8h40 à la gare de Bruxelles Central et départ du train à 9h01 pour Leuven (dir. Eupen), arrivée à 9h29 et correspondance à 9h56 pour Sint-Joris-Weert, arrivée à 10h08. Sint-Joris-Weert, Forêt de Meerdael, Nethen, Petit-Bois, Chapelle Robert, Val Vert, **Florival (PN)**, Rondebos, Bois de Laurensart, Basse-Wavre. Retour de Basse-Wavre : ..h 23 via Ottignies ou ..h 36 via Leuven
- 9 23 km – S – Laurent VAN CANEGHEM** (0477 43 02 83 ou laurent.vancaneghem[AT]gmail.com). **Le Brabant Wallon de Genval à Florival.** RV à la gare de Bruxelles Central à 8h40. Train pour Ottignies à 8h52 (Bruxelles Nord à 8h59, Bruxelles Schuman à 9h06, Bruxelles Luxembourg à 9h09), arrivée à Genval à 9h31. Genval, Rixensart, **Wavre (PN)**, Ottenburg, Florival. Retour de Florival : train vers Ottignies à ..h 16, arrivée à Ottignies à ..h 38 ou train vers Leuven à ..h46, arrivée à Leuven à ..h+1h06) et correspondance vers Bruxelles. Billet WE pour Florival.
- 16 17/18 km – M – André JONAS**, (0494 76 69 18). **Le Brabant Flamand au nord de Bruxelles.** Départ à 10h30 de la gare de Jette, place Cardinal Mercier (Tram 19, bus 14 et 88 ou à 5 minutes à pied, trams 51, 62, 93, arrêt cimetière de Jette). Randonnée circulaire avec **PN à Ossel**, café « Ossel star » Kasteelstraat 12
- 23 18-20 km – L – Patrick VERMEULEN** (0491 76 23 23 après 18h). **Gand au travers d'un autre regard.** RV à la gare de Bruxelles Central à partir de 8h40 et départ du train pour Gand-Saint-Pierre à 8h59, arrivée à 9h27.
- Matin : Princesse Clémentine (parcours Arts Nouveau et Déco), citadelparc, Eglise Saint-Pierre, parc Albert 1^{er}, quai au poisson, Portus Ganda, Musée de l'Industrie, **PN dans un établissement sur la Lys.**
- Après-midi : Briek, Sint-Luka, Noordwesterlooptlijn aménagée en promenade pour piétons, Wondelgem (Lange Velden), gare. Retour à 15h28 ou à 17h28 de Wondelgem en train ou en bus De Lijn (9A) suivant l'heure d'arrivée de la promenade, arrivée à Bruxelles Central 75 min plus tard
- 30 21 km – S – Gisèle VAN GRUNDERBEECK** (tél. : 0475 85 13 76 ou gisèle.vangrunderbeeck[AT]gmail.com). **La Westkust de Nieuport à Ostende.** RV à 8h40 à la gare de Bruxelles Central et départ du train à 8h56 pour Ostende, arrivée à 10h15 (possibilité de prendre le train à Bruxelles Nord à 8h51 ou à Bruxelles-Midi à 9h03). Ensuite, tram De Lijn vers Nieuport. Randonnée de Nieuport à Ostende le long de l'Yser, à travers les dunes et la plage. **PN.** Attention : marche à un rythme soutenu ! Se munir d'une carte Standard Multi ou d'un billet WE pour Ostende + carte De Lijn

Programme des séjours cyclistes 2025

ATTENTION : Pour des raisons d'organisation, veuillez manifester votre intérêt pour l'un ou l'autre séjour **avant le lundi 3 mars 2024 auprès de Renaat JESPERS** (0484 11 53 93 ou renaatjaspers@cerclepegase.be)

À vélo dans la région de Veluwe

Anne DASNOY – du samedi 12 au lundi 14 avril



Nous logerons à l'hôtel de Loenermark à Loenen.

Prix : 145€

Comprenant le logement + taxe de séjour, le petit déjeuner et l'entrée dans le parc.

Découverte de la belle région du Veluwe et de son parc naturel. Vous y trouverez de magnifiques forêts, des champs de bruyère, des dunes mouvantes, des étangs et des lacs.

Nous visiterons le Parc National de Haute Veluwe et le Parc National Veluwezoom.





Infos : Anne DASNOY (annedasnoy@yahoo.fr ou 0478 56 25 66)

Inscription : Renaat JESPERS (0484 11 53 93 ou renaatjespers@cerclepegase.be)

Séjour à Libin

Patrick BAIRIN – du jeudi 29 mai au dimanche 1^{er} juin

Sorties pour les cyclistes en bonne forme physique ou aux vélos électriques vu les dénivelés importants.

Jeudi 29 mai

Patrick BAIRIN : Bastogne – Sortie en boucle d'une quarantaine de kilomètres.

Visite du « Bastogne War Museum ». PN au Bistrot de la Paix



Vendredi 30 mai

Patrick BAIRIN : Boucle d'une quarantaine de km au départ de Libin en passant par Saint-Hubert (PNI)

Samedi 31 mai

Michel ARDUI (michelardui@cerclepegase.be ou 0474 43 22 41) prend la relève pour vous guider pendant 50 km pour une boucle qui passera par Redu (PNI)



Dimanche 1^{er} juin

Promenade pédestre apéritive d'une petite dizaine de kilomètres avant le dernier repas et le retour vers Bruxelles.

Logement : Hôtel les Roses à Libin – coup de cœur assuré !



Prix : 435€ en twin par personne et 510€ en single

Ce prix comprend :

Jeudi 29/5

- Repas du soir (léger)
- Nuitée

Vendredi 30/5

- PDJ
- Sandwich + fruit
- Repas du soir (léger)
- Nuitée

Samedi 1/6

- PDJ
- Sandwich + fruit
- Repas du soir **gastronomique**
- Nuitée

Dimanche 2/6

- PDJ
- Repas du midi **gastronomique**

Ce prix ne comprend pas les boissons (qui sont à un prix modéré)

Les samedi et dimanche un WE traditionnel de randonnées sera également proposé (détails dans le prochain bulletin).

Infos : Patrick BAIRIN (0476 66 85 74 – [patrick.bairin\[AT\]cerclepegase.be](mailto:patrick.bairin@cerclepegase.be))

Inscription : Renaat JESPERS (0484 11 53 93 ou [renaatjaspers\[AT\]cerclepegase.be](mailto:renaatjaspers@cerclepegase.be))

Fünf Flüsse Radweg (piste cyclable des 5 rivières)

Renaat JESPERS – du dimanche 22 juin au dimanche 29 juin (300 km)



Cette balade romantique à vélo relie pas moins de cinq vallées fluviales, toutes différentes et d'un charme incomparable. Si la renommée du Danube, de même que celle de la rivière Altmühl et de sa pittoresque vallée de l'Altmühltal ne sont plus à faire, qui connaît Pegnitz, Vils et Naab ? Ce sont de véritables petits coins secrets, loin des sentiers battus par les touristes.

Dimanche 22 juin : Bruxelles-Nürnberg

- Bruxelles-Nürnberg en co-voiturage : 620 km
- Frais approximatifs par voiture : 120 € (non-compris)
- Parking à Nürnberg : Parkhaus Franken Campus, Frankenstrasse 150C, Nürnberg, tel : +49 911 230 80 50, prix : 12 €/jour (non-compris)
- Logement : Ibis Hôtel Nürnberg Hauptbahnhof, Koenigstorgraben 9, 90402 Nürnberg, tel : +49 911 24090, mail : H1608@accor.com

Lundi 23 juin : Nürnberg – Etzelwang – 48,6 km

De la ville impériale de Nürnberg, la première étape suit les traces de la « route d'or » médiévale, dans la charmante vallée de la Pegnitz.

Hôtel Landgasthof Peterhof, Etzelwang



Mardi 24 juin : Etzelwang – Kallmünz – 66,1 km

Des monastères baroques et des églises somptueuses invitent à s'attarder sur cette étape. Les deux rivières Vils et Naab, avec leurs vallées tantôt larges, tantôt encaissées, offrent un décor grandiose. Nous passons la nuit à Kallmünz. Le village médiéval se blottit de manière inimitable contre une falaise verticale, surplombée par les ruines spectaculaires d'un gigantesque château.

Hôtel Zum Birnthaler, Heitzenhofener Weg 13, 93183 Kallmünz, tel : 09473 950 80



Mercredi 25 juin : Kallmünz – Regensburg – 30,6 km

Sur le Danube, tout est gigantesque : le fleuve lui-même, ses masses d'eau et la vallée qu'il a créée. Tout comme les lieux situés le long du deuxième plus long fleuve d'Europe. La vieille ville unique de Regensburg (Ratisbonne), avec ses ruelles et ses places médiévales, est aujourd'hui classée au patrimoine mondial de l'UNESCO. Visite guidée de la ville.

Hôtel Weidenhof, Maximilianstrasse 23, Regensburg, tel : +49 941 53 031

Jeudi 26 juin : Regensburg – Kelheim – 40,0 km

Parcours le long du Danube jusqu'à Kelheim. Promenade en bateau sur le Danube, à travers la réserve naturelle de la « Weltenburger Enge », dont on peut admirer les parois rocheuses abruptes, la dernière section sauvage du Danube en Bavière. Visite de l'abbaye de Weltenburg, avec son église monastique baroque et la plus ancienne brasserie de monastère du monde.

Hôtel Gasthof Stockhammer, Am Oberen Zweck 2, Kelheim, tel : +49 9441 700 40



Vendredi 27 juin : Kelheim – Dietfurt an der Altmühl – 38,5 km



La journée commence avec la visite du « Befreiungshalle » à Kelheim. Ensuite nous suivons la rivière Altmühl en profitant du calme idyllique du paysage fluvial. En chemin, les petites villes de Riedenburg, Dietfurt an der Altmühl et Beilngries, au charme historique et vivant, nous invitent à faire une pause.

Hôtel Zur Post, Hauptstrasse 25, Dietfurt, tel : +49 8464 321

Samedi 28 juin : Dietfurt – Pfeifferhütte – 59,0 km

Étape plate dans la basse vallée de l'Altmühl, le long du canal Ludwig-Donau-Main. Des petits ponts, des écluses pittoresques et des plantes aquatiques sauvages caractérisent cette étape. Sur les collines le long de l'itinéraire, on peut toujours voir des châteaux.

Hôtel Hotel Harbauer, Kanalstrasse 2, 90592 Pfeifferhütte, tel : 09183/93 190

Dimanche 29 juin : Pfeifferhütte – Nürnberg – 28 km

Retour vers Bruxelles.

Les visites :

1. Visite guidée en français dans la ville de Regensburg (90 min)
2. Sortie en bateau sur le Danube de Kelheim jusqu'à Weltenburg (45 min)
3. Visite à Kelheim du Befreiungshalle.

Les prix des visites sont compris dans le prix du séjour.

Prix : 495 € (les visites sont comprises dans le prix du séjour)

Nombre maximum de participants : **10**

Inscription et info : Renaat JESPERS (0484 11 53 93 ou [renaatjaspers\[AT\]cerclepegase.be](mailto:renaatjaspers@cerclepegase.be))

Elfstedentocht

Renaat JESPERS – du samedi 19 au samedi 26 juillet



*L'itinéraire **Fiets Elfstedentocht** s'étend sur environ 265 kilomètres et vous emmène à travers les magnifiques paysages frisons, le long de villes historiques et de villages pittoresques. Nous passerons au cours de ce séjour entre autres par les magnifiques lacs frisons, le Gaasterland boisé, les falaises le long de la côte de l'IJsselmeer et le Greidhoek riche en oiseaux. La route n'est pas seulement un défi sportif. C'est aussi l'occasion de découvrir la*

richesse de la culture et de l'histoire de la Frise. Qui ne rêve pas de s'attaquer à l'Elfstedentocht à vélo ?

Samedi 19 juillet : balade en boucle – 40 km

Un petit tour dans la réserve naturelle 'de alde feanen'. Les plus de 4 000 hectares de marais de basse lande abritent pas moins de 450 espèces de plantes et plus de 100 espèces d'oiseaux, dont le pygargue à queue blanche. Le parc est situé au cœur de Fryslân, au milieu de plusieurs villages pittoresques.

Logement : Hôtel Het Weeshuis, Kerkstraat 51-53, 8701 Bolsward, +31 515 855 666



Dimanche 20 juillet : Bolswaard – Harlingen (via Workum) - 47 km

Nous passerons à Makkum où se trouve depuis 450 ans une usine de poterie 'De Tichelaar' qui produit, entre autres, des abris pour chauves-souris.

Logement : Hôtel 't Heerenlogement, Franekereind 23, 8861 Harlingen, +31 517 415 846

Lundi 21 juillet : Harlingen – Dokkum - 64 km

Une longue étape dans la région des îles des Wadden. Surnommée par les patineurs « l'enfer du Nord », en été, pour les cyclistes, cette partie du Elfstedentocht est le paradis.

Logement : Hôtel De Posthoorn, Diepswal 21, 9101 Dokkum, +31 519 293 500

Mardi 22 juillet : Dokkum – Leeuwarden - 31 km



En passant par le « tegeltjesbrug », un pont couvert de milliers de faiences, chacune représentant la photo d'un participant au Elfstedentocht. Dans l'après-midi, une visite guidée de la ville de

Leeuwarden, capitale de la Frise.

Logement : Paleis Stadhoudelijk Hof, Hofplein 29, Leeuwarden, +31 582 162 180

Cet hôtel monumental, possession de la famille royale jusqu'en 1971, a une riche histoire. Toutes les chambres peuvent être qualifiées de royales. Nous allons vérifier cela sur place.



Dans l'après-midi : visite guidée de la ville de Leeuwarden.

Mercredi 23 juillet : Leeuwarden – IJlst - 62 km

Aujourd'hui nous traverserons plusieurs « terpdorpen ». Avant l'édification des digues, la région côtière de la Frise et de Groningue était difficile à atteindre et à traverser. Et parfois même dangereuse, car elle était quotidiennement inondée par l'eau de mer salée. Malgré ces inconvénients et ces dangers, la région côtière exerçait un grand attrait sur les gens. Peut-être parce qu'il y avait de la nourriture en abondance : poissons et autres animaux marins et oiseaux. La « garantie de pieds secs » a donné naissance aux « Waterlanders » d'autrefois, qui ont érigé des monticules et y ont vécu. Surélevés par rapport à l'eau, ils se sentaient en sécurité.

Logement : Het Wapen van IJlst, Galamagracht 1-4, 8651 IJlst, +31 515 531315

Jeudi 24 juillet : IJlst – Stavoren - 52 km

Logement : De Vrouwe van Stavoren, Havenweg 1, 8715 Stavoren, +31 514 68 12 02

Vendredi 25 juillet : Stavoren – Bolsward - 36 km

A Hindeloopen: visite du premier « Schaatsmuseum ». Ce musée nous présente l'histoire du patin à glace et de la course mythique du Elfstedentocht.

Nous arrivons à Bolsward vers 16h. Retour à Bruxelles.

Prix : 475 € en chambre twin.

Inclus dans le prix : hôtel, taxes de séjours, petits-déjeuners, visite guidée à Leeuwarden, entrée au Schaatsmuseum.

Inscription et info : Renaat JESPERS (0484 11 53 93 ou [renaatjaspers\[AT\]cerclepegase.be](mailto:renaatjaspers@cerclepegase.be))

Weekend au Condroz

Michel ARDUI – du vendredi 1^{er} au dimanche 3 août

Trois jours de découverte du Condroz, région peu connue et peu urbanisée, dans le triangle Hamois-Modave-Durbuy. Villages superbes, de nombreux châteaux de plaisance, relief généralement doux avec parfois des pentes sportives, paysages campagnards et la ligne bleue de la crête ardennaise à l'horizon.

Logement dans un gîte à Pailhe, près de Clavier et de Havelange (ancienne ferme, terrasse, grand jardin, 2 salles de bain, 5 chambres à coucher, dont 3 chambres à lit double, 1 chambre 2 lits, 1 chambre 4 lits). Il faudra donc s'organiser pour les deux repas du soir et le petit déjeuner !

Vendredi 1 août (32 km)

Journée de « mise en jambes » : château-ferme de Tahire, château de Hodoument, le Ravel le long du Hoyoux, château de Modave (PN dans le jardin et visite du château en option), réserve naturelle de Vivaqua (qui pompe toujours l'eau du Hoyoux vers Bruxelles).

Installation dans le gîte.

<https://www.routeyou.com/fr-be/route/view/15412615>





Samedi 2 août (53 km)

Nous remontons la vallée du Pailhe en passant, entre autres, par le château de Saint Fontaine et le vieux village de Ossogne. A partir de Hamois nous prenons le chemin de la vallée du Bocq. PN auprès du moulin à eau de Mohiville.

Les châteaux de Scy, Barvaux-Condroz, Somal et Hoyoux.

<https://www.routeyou.com/fr-be/route/view/15419688>

Dimanche 3 août (48 km)

En manque de civilisation, nous partons en direction de Durbuy en partie sur l'EuroVélo 5, jo-jo sur les collines boisés condruziennes, et passant dans les beaux villages de Chardenneux et Bonsin, retour par Tohogne, Ocquier et le hameau de Vervoz.

<https://www.routeyou.com/fr-be/route/view/15391330>

Prix : 95 € p.p. (2 nuitées au gîte).

Infos : michelardui[AT]cerclepegase.be ou 0474 43 22 41

Inscription : renaatjespers[AT]gmail.com ou 0484 11 53 93

Weekend prolongé dans l'Eifel

Michel ARDUI – du dimanche 14 au jeudi 18 septembre

4 jours à travers le sud-ouest de l'Eifel, en collaboration avec Eifel Tourismus. Balade plutôt relaxante dans l'ensemble, puisque nous empruntons souvent les belles pistes cyclables dans les vallées (Prüm, Enz, Nims et Kyll).

Dimanche 14 septembre : installation à l'hôtel à Prüm. Soirée libre.

Lundi 15 septembre (Prüm-Prüm, 50 km)

Nous partons à 10h pour une boucle en direction du « Vulkaneifel » et la ville thermale de Gerolstein. Visite du jardin volcanique à Steffeln et le lac Eichholzmaar. Retour via l'*Ardennen-Eifel radweg*.



Mardi 16 septembre (Prüm - Holsthum, 58 km)

Journée tranquille en suivant les vallées du Prüm et de l'Enz en aval. Sur la route le beau château de Neuerburg. Après le dîner promenade digestive vers la villa romaine de Holsthum pour les amateurs.



Mercredi 17 septembre (Holsthum - Bittburg, 38 km)

Nous quittons la vallée direction Erzen. Arrêt au Parc naturel du Teufelsschlucht (ou « Abîme du diable », la continuité de la petite Suisse luxembourgeoise), pour une promenade à pied (6 km) (option).

Nous remontons vers la ville de Bittburg par la vallée du Nims.

Jeudi 18 septembre (Bittburg - Prüm, 55 km)

Nous suivons essentiellement le *Nims radweg* la première partie de la journée. Arrêt auprès du barrage de Stausee, possibilité de faire du vélo aquatique pour ceux et celles qui n'en ont pas encore assez. Ruines du château de Schönecken. Pour clôturer une belle descente vers la ville de Prüm.



Prix : 290 € p.p. (4 nuitées avec petit déjeuner)

Possibilité de commander le pique-nique à l'hôtel. 3 repas du soir à l'hôtel sont prévus.

Informations : michelardui[AT]cerclepegase.be ou 0474 43 22 41

Inscription : renaatjaspers[AT]gmail.com ou 0484 11 53 93

Week-end prolonge à Bray-Dunes

Patrick BAIRIN – du vendredi 26 au dimanche 28 septembre

Sorties sur terrain plat mais avec possibilité de vent fort.

Vendredi 26 septembre

Boucle d'une cinquantaine de kilomètres au départ de Gravelines. Visite pédestre de la vieille ville.

Les origines du territoire demeurent étroitement liées à la formation du littoral nord et de la plaine maritime flamande. L'histoire de Gravelines ne commence réellement qu'en 800, avec Saint Willibrord. Puis au XII^e siècle le comte de Flandre, Thierry d'Alsace, décide d'entourer d'un rempart de pierres et de pieux et d'aménager un nouvel estuaire pour l'Aa. La ville devient l'avant-port de Saint-Omer : port de pêche aux harengs, de transit pour le sel, les fruits et le vin.



La guerre entre François 1^{er} et Charles Quint conduit ce dernier à reconstruire les quatre bastions de la place. La ville prend sa forme d'hexagone. Tour à tour française en 1644, espagnole en 1652, Gravelines devient définitivement française par

le Traité des Pyrénées en 1659. La cité conserve son importance stratégique et Louis XIV charge Vauban de compléter la défense de Gravelines par un ensemble de demi-lunes, contrescarpes et d'écluses.

Sous Louis XV, un projet de chenal, conçu par le roi d'Espagne Philippe IV, est mené à terme entre 1736 et 1740. La ville a su conserver son patrimoine militaire, civil et religieux. Le chemin de ronde permet au promeneur de suivre un circuit autour de l'étoile et le beffroi, inscrit sur la liste du Patrimoine mondial de l'UNESCO en 2005 avec les Beffrois du Nord et de Belgique, au centre de la ville, contemple des siècles d'histoire.



Samedi 27 septembre

Boucle d'une cinquantaine de kilomètres au départ du logement vers Bergues. Visite pédestre de la vieille ville.

Bergues est une place fortifiée par Vauban, qui peut inonder par ses écluses la plaine marécageuse où elle est située (des inondations préventives auraient ainsi été provoquées en 1573, 1646, 1793) ; elle a pour ouvrage détaché le Fort Français (parfois autrefois aussi nommé Port français), situé sur le canal de Bergues à Dunkerque, et qui, en se liant au Fort Louis, fait des deux villes un même système de défense.



Bergues est traversé par le canal de la Colme qui part de Watten et va à Furnes.

Dimanche 28 septembre

Boucle d'une quarantaine de kilomètres au départ du logement vers Veurne. Visite pédestre de la vieille ville.

La promenade de la ville de Veurne (Furnes) vous permet de découvrir l'une des villes monumentales les plus importantes du Westhoek. La promenade commence sur la Grand-Place, au niveau de l'Hôtel de Ville et de la « Landshuis ». En empruntant des rues et des ruelles agréables, vous passerez devant de nombreux bâtiments historiques tels que l'église Saint-Nicolas et le Beffroi. Outre le patrimoine, vous vous promènerez également dans le parc Vauban, le parc Sainte-Walburge et le long de la marina de Furnes.



Logement en gîte de 10 personnes à la périphérie de Bray-Dunes (draps de lit fournis, affaires de toilettes à prendre – 3 chambres de 2 lits simples et deux chambres de 1 lit double)

Prix : 100€ par personne pour deux nuitées.

Prendre avec soi de quoi préparer le petit-déjeuner (café, thé, etc).

Inscription : Renaat JESPERS (0484 11 53 93 ou [renaatjaspers\[AT\]cerclepegase.be](mailto:renaatjaspers@cerclepegase.be))

Infos auprès de Patrick BAIRIN (0476 66 85 74 – [patrick.bairin\[AT\]cerclepegase.be](mailto:patrick.bairin@cerclepegase.be))

Lignes de conduite lors de nos sorties avec Pégase

- **Responsabilité.** Le Cercle Pégase ASBL existe grâce à la participation d'organisateur·s bénévoles dont la responsabilité ne peut en aucun cas être mise en cause. Chacun participe aux activités à ses propres risques.
(voir <https://www.cerclepegase.be/cerclepegase.htm#responsabilite>)
- Lors des **PN ou autres pauses dans un établissement**, il est **OBLIGATOIRE** de commander une boisson ! Nous sommes heureux d'être accueillis dans ces lieux et devons respecter le commerce. Et, soyez sympas, ne sortez pas votre gourde du sac à dos.
- Les animaux ne sont pas admis.
- **Photos.** Le règlement sur le respect de la vie privée prévoit que chacun donne son accord pour figurer sur des photos susceptibles d'être publiées. Lors de nos sorties, souvent des photos sont prises par des participants. Le Cercle Pégase en publie certaines sur son site et sur Facebook. Si vous ne souhaitez pas figurer sur une de ces images, n'oubliez pas de prévenir le photographe ! Pour les photos de groupe où le photographe demande aux participants de se regrouper, on suppose que tous ont automatiquement donné leur accord. Les photos ne peuvent pas porter des commentaires qui font référence à des personnes.
- **Sécurité routière.** Trop souvent nous avons tendance à nous disperser et ainsi à nous mettre, tout comme les autres usagers de la route, en danger.
Petit rappel (sur base de code de la route relatifs aux piétons) :
 - Lorsque les randonneurs empruntent la chaussée, ils doivent se tenir le plus près possible du bord de celle-ci, tous du même côté (de préférence du côté gauche dans le sens de leur marche, sauf circonstances exceptionnelles). En tout cas, toujours suivre les directives du pilote.
 - Lorsque les randonneurs empruntent la piste cyclable, ils doivent céder le passage aux usagers de bicyclettes et de cyclomoteurs.
 - Les cyclistes doivent TOUJOURS rouler à droite, de préférence en file indienne.



CERCLE PEGASE asbl

Promenades, marches, randonnées, cyclotourisme, activités culturelles, WE, WE prolongés et séjours en Belgique et à l'étranger.

<https://www.cerclepegase.be>

SUIVEZ-NOUS



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



<https://www.youtube.com/c/CerclepegaseBerandonnees>