

# DIMANCHE 11 SEPTEMBRE 2011

# 16<sup>e</sup> RANDONNÉE VVVV DES LAVOIRS

**Circuit** (découverte de la ville)

- **15 km** (sans difficulté)

**Circuits sportifs**

- **25 km** (moyen) - **32 km** (moyen)

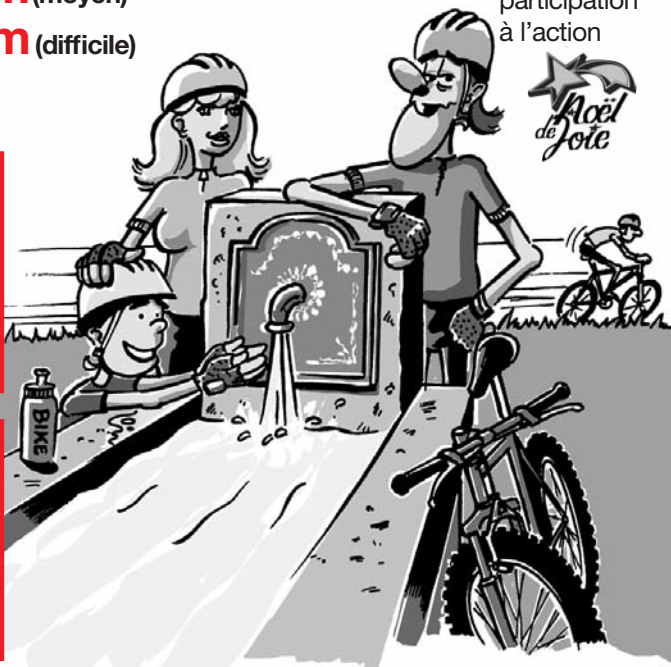
- **40 km** (moyen) - **50 km** (difficile)

- **62 km** (hard)

organisée par



participation  
à l'action



Avec le concours de

**CAISSE D'ÉPARGNE**  
LORRAINE CHAMPAGNE-ARDENNE



**LA BANQUE. NOUVELLE DÉFINITION.**



PLUS PROCHES. PLUS HUMAINS. PLUS UTILES

**Le Républicain**  
Lorrain

Avec l'agrément  Office National des Forêts



GRUPE  
**ARCAN'**



**Le dimanche 11 Septembre 2011** l'ASPTT Metz-Métropole section RANDO-VTT organise sous l'égide de la Fédération des ASPTT la 16<sup>e</sup> Edition de la Randonnée VTT des Lavoirs avec le concours de la VILLE de METZ, de la CAISSE d'EPARGNE Lorraine Champagne-Ardenne, d'ARCAN, de la PREVADIES, de GrDF, du SOMMELIER, de LOGIEST, du CONSEIL GENERAL de la MOSELLE et du REPUBLICAIN LORRAIN.

La sécurité sera assurée par la Protection Civile. Les participants seront couverts par une assurance collective souscrite par l'organisation.

**Cette randonnée VTT se veut sportive et culturelle, elle a pour but de faire découvrir une partie du patrimoine de notre région. Ce n'est pas une COMPETITION, chacun ira à son rythme, seul ou en famille. La randonnée s'adresse également à tous les jeunes des écoles.**

## R E G L E M E N T

Le départ et l'arrivée des différents circuits de la randonnée se feront du gymnase du SUAPS sur le Campus de l'Université de Metz et passeront par les communes de Metz, Vaux, Ancy-sur-Moselle, Dornot, Rozérieulles, Châtel-Saint-Germain, Jussy, Sainte-Ruffine, Scy-Chazelles, Lorry-lès-Metz, Saulny, Woippy, Saulny, Plappeville.

Les parcours seront balisés par l'organisation.

Tous les participants seront munis d'un carton de contrôle qu'ils feront pointer à chaque lavoir. Ce carton donnera également le droit de participer au **tirage au sort** de la **tombola** avec possibilité de gagner un des 4 VTT et de nombreux autres lots offerts par nos partenaires.

Les circuits de 25, 32, 40, 50 et 62 km sont communs ce qui vous permettra de choisir votre distance tout au long du parcours suivant votre forme.

Pour tout renseignement contactez:

Robert BALTHAZARD au 03 87 75 34 50 - Denis REICHARDT au 03 87 30 44 98

**Internet: [www.randodeslavoires.com](http://www.randodeslavoires.com)**

Inscrivez-vous en imprimant et en renvoyant le formulaire de participation

**Tous les participants devront strictement suivre les règles du Code de la Route ainsi que les réglementations mises en place par l'organisation et les communes traversées. L'organisation décline toute responsabilité en cas d'accident ou d'incidents divers, chutes, dégâts matériels, vols, pertes etc. Le respect de la nature et le port du casque sont obligatoires**

**Marché Plus**

SARL CLEMAX

3, rue Gambetta - 57000 METZ

Tél. 03 87 16 21 21 - Fax 03 87 16 21 22

# ORGANISATION

Accueil des participants à partir de **7h30** au gymnase du SUAPS sur le Campus de l'Université de Metz. Départ des circuits de **50 et 62 km de 7h45 à 9h**, cinq ravitaillements prévus sur le parcours. Départ des circuits de **25, 32 et 40 km de 8h à 9h30**, trois ou quatre ravitaillements prévus sur le parcours.

Départ du circuit de **15 km de 8h à 11h**, un ravitaillement sur le parcours.

**Collation pour tous au départ.**

Parking, vestiaires, douches, toilettes, restauration sur place au Campus Universitaire. Les contrôles sur les parcours fermeront à **13h**.

Tirage au sort de la **tombola** vers **13h30** et **14 h**.

**Les inscriptions par courrier se feront jusqu'au 08 septembre.**

**Tarifs : 4,50 Euros jusqu'au 08 septembre**

**6 Euros le jour de la Randonnée**

**2 Euros pour le circuit populaire de 15 km.**

**Insription possible le samedi 10 septembre au Suaps de 14 à 18 h.**

**Pour les enfants tarif à 4,50 le jour de la randonnée ainsi que pour les étudiants sur présentation d'une carte d'étudiant**

**Le**  
**LogiEst**

*LogiEst construit  
pour vous et avec vous !*

*www.logiest.fr*

**Agence de Metz**

191 Avenue André Malraux  
**03 87 65 80 55**

**Agence de Woippy**

16 Place Jean Perrin  
**03 87 30 17 91**

**Agence de Saint-Avold**

30 Résidence du Vert Coteau  
**03 87 91 04 34**

**Agence de Fameck**

6 Avenue Jean Mermoz  
**03 82 59 59 80**

**Agence de Colmar**

58 Avenue de la République  
**03 89 21 65 30**

POINTS D'ACCUEIL

**Strasbourg**

3 rue du Travail  
**03 88 75 53 00**

**Mulhouse**

16 rue de la Bourse  
**03 89 56 00 36**



# La santé de tous passe aussi par le sport



La mutuelle  
Prévadiès soutient  
la Randonnée  
des Lavoirs.

## Prévadiès vous accueille en Moselle

Hayange 9, rue de Wendel  
Metz 6, en Bonne-Ruelle  
Sarrebouurg 12, rue Napoléon 1<sup>er</sup>  
Thionville 22, rue du Four-Banal

[www.prevadies.fr](http://www.prevadies.fr)  
**0 980 980 860**  
(numéro non surtaxé)

**Prévadiès**  
*Harmonie Mutuelles*  
PLUS PROCHES, PLUS HUMAINS, PLUS UTILES

Caisse d'Épargne Lorraine Champagne-Ardenne - Société Anonyme à Directoire et Conseil  
d'Orientation et de Surveillance au capital de 435.707.840 € - Siège social 2, rue Royale 57000  
METZ - 775 618 622 RCS METZ.



## SOLUTION LIBRE RETRAITE\* : PLEIN SOLEIL SUR VOTRE AVENIR

Capital garanti - Pas de frais d'entrée  
Taux de rémunération contractuel  
- Epargne souple Possibilité  
de retraits anticipés\*

\*Voir conditions et modalités auprès de votre conseiller  
Caisse d'Épargne.

**CAISSE D'ÉPARGNE**  
LORRAINE CHAMPAGNE-ARDENNE  
**LA BANQUE. NOUVELLE DÉFINITION.**



**CITROËN**

Vente véhicules neuf et occasion, utilitaires  
Réparation toutes Marques - Carrosserie - Service rapide

**Garage DELANAUX**

Citroën Peltre

ZA de Peltre  
14, rue Ruisseau  
Saint-Pierre  
57245 PELTRE

Tél. 03 87 38 14 92 - Fax 03 87 38 16 31

## BOULANGERIE - PATISSERIE CLEMENT Laurent

82, rue des Allemands - 57000 Metz  
Tél.: 03 87 75 06 29



Porte des Allemands

**S.A.R.L.  
LES**



**Chauffage Sanitaire  
Climatisation  
Entretien & Dépannage**

**M. GODEFERT Siméon**

6, Chemin de la Horgne - 57420 GOIN - Port. 06 81 30 84 46 - Fax 03 87 52 46 97

## ***Le Sommelier***

**Christophe BASTIEN**  
**Champagne DEUTZ**  
**10, rue aux Ours**  
**57000 METZ**  
**06.07.74.93.39**



### **La Boutique**

## **Le Sommelier**

**Cave à Vins - Bar à Vins**  
**27, Place de Chambre**  
**57000 METZ**  
**03.87.36.84.91**

### **Les Restaurants**

## **L'Angélus**

**Cuisine du Marché**  
**Terrasse d'été – Caveau pour Groupes**  
**Au pied de la Cathédrale de METZ**  
**29, Place de Chambre**  
**57000 METZ**  
**03.87.36.65.77**

## **Le Bistrot des Sommeliers**

**Restaurant – Bar à Vins**  
**Terrasse d'été – 3 salles climatisées**  
**A 5 mn à pied du Centre POMPIDOU-METZ**  
**10, rue Pasteur**  
**57000 METZ**  
**03.87.63.40.20**

Vous avez un projet concernant  
le chauffage de votre logement ?



Avez-vous pensé  
au Gaz Naturel ?

- Association facile avec les énergies renouvelables
- Des solutions de chauffage peu émettrices de CO<sub>2</sub>
- Confort et modernité des équipements
- Énergie compétitive dans la durée.



Accordons nos projets

[www.grdf.fr](http://www.grdf.fr)

L'énergie est notre avenir, économisons-la !



**GARAGE DES PONTS**

**Gérard Pulkowski**

Carrosserie - Peinture - Mécanique - Pare-brise - Toutes marques

25, rue de la Ronde - 57050 Metz Devant-les-Ponts

Tél. 03 87 33 29 00 - Fax 03 87 33 24 42



# AGL Sécurité

**Technique & Maintenance**

**Système de Sécurité Intrusion - Incendie - Vidéo  
Interphonie - Téléphonie - Contrôle d'accès  
Télécommande Radio - Télésurveillance**

229, rue de Pont-à-Mousson  
**57950 MONTIGNY-LES-METZ**  
Téléphone: **03 87 63 26 61** - Fax: **03 87 63 33 05**

## GARAGE AUX ARENES

AGENT PEUGEOT

Eric Albert - Gérant



18, rue aux Arènes - Tél. 03 87 65 46 96 - Fax 03 87 55 26 26  
garage.aux.arenas@wanadoo.fr

## Yvonnick BLAISE

Collaborateur d'Agence

Entreprises - Placements - Crédits - Retraite - Santé

52, rue du XXème Corps Américain - 57000 Metz  
Tél.: +33(0)3 87 63 37 49 - Fax: +33(0)3 87 63 47 88  
Mob.: +33(0)6 48 36 12 77 - 1099311@agents.agf.fr



**Allianz**

**L'incontournable étape de vos loisirs** La tradition d'un accueil



Ouvert tous les jours sans interruption



- Son ambiance  
- Sa cuisine

Place du Général de Gaulle  
57000 METZ

Tél. **03 87 66 67 11**  
Fax **03 87 38 04 31**



17 place Joseph Schaff  
57950 MONTIGNY LES METZ  
[www.plurial-entreprises.fr](http://www.plurial-entreprises.fr)

LOCA-PASS : une avance remboursable gratuite d'un montant de 500 € pour financer le dépôt de garantie de votre logement locatif

Garantie des Risques Locatifs (GRL) : une garantie des loyers et charges pour sécuriser les revenus locatifs du bailleur

MOBILI-PASS : une aide financière pour prendre en charge certains frais liés à une mutation professionnelle ou à un nouvel emploi

Pour plus de renseignements, n'hésitez pas à nous contacter

**Numéro Indigo : 0 825 81 61 81**

Du lundi au vendredi de 8h15 à 12h et de 13h30 à 17h

**COPIEURS RESEAUX COULEUR / NOIR ET BLANC**

*La solution* **A+**  
bureautique  
néo-ndne



**DEVELOP**

[www.a4a3bureautique.fr](http://www.a4a3bureautique.fr) METZ-NANCY-SARREGUEMINES 03 87 78 48 48

**Aides à la location, à l'accession, à la propriété, à la mobilité  
Conseil en financement**

Des produits adaptés,

PRÊTS TRAVAUX, PASS-GRL®, MOBILI-PASS®.



**CILGERE**

Contactez CILGERE [www.cilgere.fr](http://www.cilgere.fr)



2 place Saint Martin - B.P. 50568 - 57010 METZ CEDEX 1 - 03 87 39 58 00



**Les Nouveaux  
Commerçants  
vous accueillent  
du Lundi au  
Samedi de 8 h 00  
à 19 h 30 non stop**

*les nouveaux  
commerçants*

**SUPER U**  
*les nouveaux commerçants*

**La Tannerie**  
57070 Saint-Julien-lès-Metz

**optique Moise**

*Toutes vos solaires de grande marque*

54, rue Serpenoise . 57000 METZ  
tél : 03 87 75 26 28 [www.optiquemoise.com](http://www.optiquemoise.com)



**Internet: [www.randodeslavoires.com](http://www.randodeslavoires.com)**

Inscrivez-vous en imprimant et en renvoyant le formulaire de participation

# BULLETIN D'INSCRIPTION

## POURQUOI VOUS INSCRIRE A L'AVANCE?

Afin de permettre à l'organisation de mieux vous accueillir le jour de la Randonnée et de vous éviter toute attente. Pour vous remercier 2 VTT seront tirés au sort parmi les pré-inscrits.

Indiquez les différents prénoms des membres de votre famille

Nom \_\_\_\_\_ Prénom \_\_\_\_\_ Né(e) le \_\_\_\_\_

Nom \_\_\_\_\_ Prénom \_\_\_\_\_ Né(e) le \_\_\_\_\_

Nom \_\_\_\_\_ Prénom \_\_\_\_\_ Né(e) le \_\_\_\_\_

Nom \_\_\_\_\_ Prénom \_\_\_\_\_ Né(e) le \_\_\_\_\_

Nom \_\_\_\_\_ Prénom \_\_\_\_\_ Né(e) le \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

Ville \_\_\_\_\_ Code postal \_\_\_\_\_

**Circuit commun de 25 à 62 km**

Nb  x 4,50 Euros

**Circuit urbain de 15 km**

Nb  x 2,00 Euros

**TOTAL circuits**



**OFFREZ-VOUS LE TEE-SHIRT  
DE LA RANDONNEE**

**au prix de 10 Euros** existe en différentes tailles

Nb Nb Nb Nb Nb  
S  M  L  XL  XXL

**TOTAL tee-shirt x 10 Euros**

**TOTAL circuits et tee-shirts**

Bulletin d'inscription à renvoyer à :

**l'ASPTT Metz - Métropole - 179, Grand'Rue - 57050 LORRY-LÈS-METZ**  
en joignant un chèque du montant total à l'ordre de l'ASPTT Metz - Métropole  
Section Rando VTT. Autorisation parentale pour les non licenciés de moins de 15 ans.

**B A R - R E S T A U R A N T**

**LE REPUBLIQUE**

**Chez Germain**  
Salle pour banquets

5, rue Costes et Bellonte - 57155 Marly - Tél. 03 87 62 40 96 - Fax 03 87 66 40 75

GRUPE  
**ARCAN**



Le Groupe ARCAN, votre partenaire informatique, a lancé le 25 mai son concept de magasin, Arcan Store à Thionville et Arcan PC COM à Augny.

Le magasin de Thionville est entièrement dédié au monde Apple.

Le magasin d'Augny, est quant à lui dédié à l'univers PC et à l'électronique.

**ARCAN STORE**

Rue du Maillet  
Galerie Marchande du Géric  
57100 Thionville  
Tel : 03.82.34.30.12  
[www.arcan-store.com](http://www.arcan-store.com)

**SN PC COM**

44 rue du Bois d'Orly  
Actisud Dunil  
57685 AUGNY  
Tél : 03 87 31 24 28  
[www.groupe-arcan.com](http://www.groupe-arcan.com)

LoCabureau  
informatique



ARCAN  
Finance

ARCAN  
Alsace

ITER  
LABORATOIRE

GRUPE  
**ARCAN**  
informatique

ARCAN  
Service

arcan  
networks

PC-Com

arcan  
store