



Denis  
06 19 76 38 85



## Sortie journée Jeudi 7 mars 2019 Blandy les tours, Bombon et St-Méry

### Départ / Arrivée :

Mairie de Blandy les tours, en Seine et Marne  
RDV 8h marché Paray ou 9h sur place. Repas tiré du sac

### Parcours

Boucle dans le sens inverse des aiguilles d'une montre, 21/22 km très faciles (5h30 à 6h de marche + les arrêts), c'est tout plat ! Plaines, forêts, petits villages et châteaux. Quelques traversées et courts passages sur route, être attentifs aux règles de sécurité

Départ vers l'Est, Chapelle des pèlerins (ND de Roiblay), on longe le ru d'Ancoeur pour rejoindre Bombon, le Fief des Epoisses (ancienne ferme fortifiée) au Nord, puis Ouest pour St-Méry

Pique-nique après 14,5 km (prévoir en-cas pour la matinée), au lavoir abrité si mauvais temps

Retour Ouest, Sud, Est, N-E, S-E, Sud et N-O en lisière de forêts par le moulin de Flagy, le château d'Aunoy et à nouveau le ru d'Ancoeur

### Rappels environnement et sécurité

Respectez la nature et les propriétés privées, restez dans les chemins, **ne laissez aucune trace de votre passage**  
Suivez les consignes de l'animateur, ne partez pas devant lui, et **gardez toujours en vue la personne qui vous précède**

Sur route, utilisez les trottoirs ou bas-côtés s'ils sont praticables, sinon **on marche à gauche en file indienne**, et on respecte le code de la route

Au croisement d'une **voie carrossable, se regrouper et traverser en ligne** sur instruction de l'animateur

**Si vous avez besoin de vous arrêter**, prévenez le serre-file ou l'animateur, et **laissez votre sac bien en vue au bord du chemin**

Pensez à boire et à vous restaurer régulièrement

Informez l'animateur si vous êtes susceptible d'avoir un problème de santé particulier