



Patrick 06 72 04 24 55

Journée du dimanche 18 août 2019
Fontainebleau Rochers Combe et Demoiselles et partie du Denecourt 9

Randonnée classée difficile de par sa longueur et le terrain, environ 20 km, compter **6h30 à 7h de marche**, prendre des boissons et des en-cas en quantité

Pas de grosses difficultés, quelques grimpettes parfois raides mais courtes

Dénivelé cumulé environ 200 m. Point haut : 172 m. Point bas : 137 m.

Rendez-vous :

8h au marché de Paray ou 8h45 au parking de la Croix de Souvray, croisement D152 / D131

GPS : 48.372727, 2.643214

Indemnisation covoiturage : 6€ (100 km AR)

Suggestion pour vous rendre sur place : (prévenir Patrick la veille)

Autoroute A6 sortie Fontainebleau, au rond-point en haut de la côte dans la forêt prendre à droite la D301, la suivre jusqu'au parking à environ 7 km, stationner côté Croix

Descriptif

Boucle dans le sens des aiguilles d'une montre, tout en forêt sur des petits sentiers peu fréquentés, nombreux et fréquents changements de direction, avec souvent des passages dans de hautes fougères. On fera également une boucle dans une partie du Denecourt 9 à travers de gros blocs rocheux

Pour plus de détails, voir la carte

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