



Raymond
0671366797



Sortie journée Jeudi 22 août 2019 En vallée de Chevreuse

Départ / Arrivée :

Stationnement Parking du cimetière de Chevreuse « Rue de Dampierre » (en face du 63bis)

GPS : 48.706181/ 2.032163

RDV 8h00 Marché de Paray ou 8h30 sur place.

Très agréable rando d'environ **20 km**, difficulté moyenne, 6h00 de marche sur un terrain varié : site vallonné (il y a des côtes et descentes) sous-bois et plaines.

Repas tiré du sac.

Une suggestion de parcours, si vous allez directement sur place (prévenir Raymond avant) :

Soit suivre votre GPS (si vous en avez un dans la voiture)

Ou

3 itinéraires possibles sur Viamichelin

Parcours

Boucle dans le sens des aiguilles d'une montre.

Départ avec une montée raide pour vous mettre en condition, on découvrira les beaux sites de la vallée de Chevreuse, le moulin de Chatillon, le château de Dampierre, la maison de fer, les villages de Fougerolles, Senlisse et Choisel, le château de Méridon, le village de Chevreuse et ses petits ponts le long de l'Yvette, le château de la Madeleine et retour au parking.

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.