



Patrick LE GUILLOUX  
06 72 04 24 55  
Jean-Pierre BERNADOTTE  
06 78 46 26 11



## Sorties Yerres dimanche 22 septembre 2024

Pas de faute de frappe, vous avez bien lu, nous vous proposons ce dimanche 2 possibilités :  
. un 20 km journée avec repas tiré du sac pendant la rando, avec Patrick  
. un 10 km le matin avec repas tiré du sac après la rando, avec Jean-Pierre

Ces sorties sont préparées et accompagnées par le Rando Club Yerrois dans le cadre de leur 16<sup>ème</sup> journée de la randonnée (voir flyers en PJ). Nous ne connaissons donc pas les parcours

La participation est gratuite, mais il faut être présents au moins 10 mn avant pour inscription sur place

### Départs / Arrivées :

Parvis du CEC de Yerres, théâtre et salle de spectacle, 2 rue Marc Sangnier 91330 Yerres  
Parkings fléchés à proximité  
Indemnité de covoiturage 2€, 25 km AR (mais durée du trajet estimée à ½ h)

### RDV

Pour le 20 km, 8h40 marché Paray ou 9h10 sur place, départ rando à 9h30

Pour le 10 km, 8h30 marché Paray ou 9h sur place, départ rando à 9h20

Si vous allez directement sur place, prévenir l'animateur concerné avant

### 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