



Patrick LE GUILLOUX  
06 72 04 24 55



## Sortie petite journée vendredi 4 avril 2025 Abbaye aux Bois, Igny, Bièvres, forêt de Verrières

RDV 9h30 marché Paray, ou 10h parking du Carrefour de l'Obélisque en Forêt de Verrières,  
GPS 48.760205 2. 243504

Attention : ce départ est différent de celui figurant sur la rando fiche pour des raisons de facilités de stationnement

Repas tiré du sac

Carte IGN 1/25000<sup>ème</sup> 2315OT

Indemnité de covoiturage 2€, 35 km AR

Dénivelé cumulé environ 250 m, point haut 179 m, point bas 69 m, balisage jaune

### Parcours

Voir la rando-fiche CDRP91 en PJ, avec les modifications au départ et à l'arrivée (dues au changement de parking) sur la carte du parcours. Boucle assez facile d'environ 14 km, quelques montées et descentes un peu longues avec quelques passages pouvant être boueux, bonnes chaussures crantées, guêtres et bâtons peuvent être utiles.

Pique-nique après 8 km dans le Bois du Loup Pendu si temps correct, ou après 6 km à la sortie du parc Ratel à Igny si mauvais temps, seul abri possible

### 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