



Patrick LE GUILLOUX
06 72 04 24 55



Sortie petite journée vendredi 11 juillet 2025 Les Canches, en haute vallée de l'Essonne

Rectificatif : après vérification, le parcours annoncé est trop long pour un vendredi, nous ne ferons donc pas la pointe au N-E vers le bois de la Villette et Mézières

Au sud du Gâtinais français, l'itinéraire longe les marais de l'Essonne et sillonne les canches, ces étroites allées sèches où arbres et forêt alternent avec sable et rochers.

RDV 9h30 marché Paray, ou 10h30 parking de la gare RER de Boigneville (au S-O de Milly la Forêt)

GPS 48.342142 2.378835

Repas tiré du sac

Carte IGN 1/25000^{ème} 2316 ET ou 2318 SB

Indemnité de covoiturage 6€, environ 100 km AR

Dénivelé cumulé environ 133 m, point haut 122 m, point bas 67 m

Parcours

Exceptionnellement, parcours non reconnu, mais basé sur la rando-fiche CDRP91 en PJ, avec quelques variantes (voir carte parcours) pour porter la distance à 13/14 km. Boucle à priori facile et majoritairement en zones boisées

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