

RSP

PROGRAMMES RANDONNÉES DU 01 JANVIER AU 31 MARS 2025

RSPO

RECOMMANDATION : LA VEILLE DE LA SORTIE, VÉRIFIEZ SI POSSIBLE L'HORAIRE DE DÉPART DU TRAIN. EN CAS D'UN ÉCART IMPORTANT, VEUILLEZ VOUS INFORMER AUPRES DE L'ANIMATEUR(TRICE) DE L'HORAIRE CHOISI.**RELIRE ATTENTIVEMENT LES CONSIGNES, NOTAMMENT EN CAS DE MOUVEMENT SOCIAL OU D'ALERTE MÉTÉO ORANGE OU ROUGE.****INFORMATION :** LA PERSONNE ANIMANT LA RANDONNÉE MONTE A LA STATION SOULIGNÉE.

DATE	Animateur Animatrice	Km	Intitulé	Allure Dénivelés	REPAS pique nique	ALLER					RETOUR		15/12/2024 REMARQUES
						RENDEZ-VOUS		SNCF ou RATP			Gare et billets	Horaire	
						Lieu (voir consignes)	Heure	Heure départ	Direction	Gare destination et billets			

Abréviations : LU,MA,ME,JE,VE,SA,DI : jours , A L: Allure lente , A M: moyenne , A S: soutenue (+ de 4 km/h) , GL: Grandes Lignes , **Dénivelés** : P : pas ou peu , Q : quelques (100 à 300m), N : nombreux (> à 300m)

janv-25

LU 06/01	Véronique Perreau 06 82 45 24 86	17	Boucle Lizy sur Ourcq: Marne Eglise de Tancrou Château de la Trousse	AM Q +204 m -204m	OUI	Ligne P Gare de l'EST	8h30	8h49	Château Thierry puis Ferté Milon	LIZY SUR OURCQ	9h38	Lizy sur Ourcq	Toutes les h à 20	Chgt aller et retour Meaux ou Trilport
MA 07/01	Gérard BERTAULT 06 44 94 58 90	22	Grand-tour de PARIS en 26 étapes 23) De Rambouillet à Orgerus en passant par l'Etang Rompu, le carrefour du Grand-Maitre et Montfort-l'Amaury	AM Q 185 240	OUI	TER 862411 G. Montparnasse	7h55	8h09	Chartres	RAMBOUILLET	8h44	Orgerus	15h15 puis ttes les heures => Montparnasse	
MA 07/01	Sylvie DECUREY 01 43 48 69 64 06 61 04 21 80 (06 seulement en rando.)	8	Balade dans le parc de Sceaux.	AL Q	NON *	RER B Châtelet Denfert Rochereau		9h32 9h40 **	Robinson	ROBINSON	9h58	LA Coix de Berny	RER B avant 13h30	* Emporter une collation * * Regroupement à Denfert Rochereau
ME 08/01	Claude ROUGERIE 01 40 30 57 59 06 71 96 63 80	13	Une sortie qui commence forestière et se termine au milieu des rochers dans un sentier remarquable.	AL Q 180 m	OUI	Train R (Gamo) G.de Lyon G L	9h00	9h16	Montargis	BOIS LE ROI	9h51	Fontainebleau Avon	Trains toutes les 30 mn à 02 &32	
ME 15/01	Sylvie DECUREY 01 43 48 69 64 06 61 04 21 80 (06 seulement en rando.)	8	Au Bois de Vincennes par le Jardin d'Agronomie Tropicale et l'Arborétum.	AL P	NON *	RER A Châtelet Nation		9h48 9h54	Boissy-Saint- Léger	NOGENT-sur-MARNE	10h01	Station,de Métro Château de Vincennes	Ligne 1 ou bus	* Emporter une collation
JE 16/01	Michel FROISSARD 06 82 83 07 00	19	Bourron-Marlotte - Fontainebleau: rando. en forêt de Fontainebleau puis, arrivée à la gare en longeant le "Grand canal" du château de Fontainebleau	AM Q +158 m -155m	OUI	Gare de Lyon GL	9h00	9h16	Montargis	BOURRON-MARLOTTE	10h17	Fontainebleau Avon	15h31 16h01 16h31	

RSP

PROGRAMMES RANDONNÉES DU 01 JANVIER AU 31 MARS 2025

RSPO

RECOMMANDATION : LA VEILLE DE LA SORTIE, VÉRIFIEZ SI POSSIBLE L'HORAIRE DE DÉPART DU TRAIN. EN CAS D'UN ÉCART IMPORTANT, VEUILLEZ VOUS INFORMER AUPRES DE L'ANIMATEUR(TRICE) DE L'HORAIRE CHOISI.

RELIRE ATTENTIVEMENT LES CONSIGNES. NOTAMMENT EN CAS DE MOUVEMENT SOCIAL OU D'ALERTE MÉTÉO - ORANGE - OU ROUGE.

INFORMATION : LA PERSONNE ANIMANT LA RANDONNÉE MONTE A LA STATION SOULIGNÉE.

DATE	Animateur Animatrice	Km	Intitulé	Allure Dénivelés	REPAS pique nique	ALLER						RETOUR		15/12/2024 REMARQUES
						RENDEZ-VOUS		SNCF ou RATP				Gare et billets	Horaire	
						Lieu (voir consignes)	Heure	Heure départ	Direction	Gare destination et billets	Heure arrivée			
MA 21/01	Gérard BERTAULT 06 44 94 58 90	24	Boucle de Survilliers en passant par le château de la Borne Blanche, Orry-la-Ville, la Chapelle en Serval, Mortefontaine, Plailly et Saint-Witz	AM Q 296 296	OUI	RER D - SOPE Gare du Nord		8h38	Creil	SURVILLIERS-FOSSES	9h14	Survilliers-Fosses	RER D	
ME 22/01	Claude ROUGERIE 01 40 30 57 59 06 71 96 63 80	11	Promenade bucolique en passant par Saint Yon, leBois de Baville et Saint Sulpice de Favières	AL Q 170 m	OUI	RER C Invalides <u>Austerlitz</u> BFM		9h05 <u>9h15</u> 9h19	Dourdan la Forêt	BREUILLET VILLAGE	10h04	Breulliet Village	Trains ttes les 30 mn à 20 & 50	
VE 24/01	Sylvie DECUREY 01 43 48 69 64 06 61 04 21 80 (06 seulement en rando.)	7	De Nogent par les bords de la Marne et le Parc du Tremblay	AL P Escaliers	NON *	RER A Châtelet Nation		9h48 9h54	Boissy-Saint- Léger	NOGENT-sur-MARNE	10h01	JOINVILLE-LE- PONT	RER A avant 13h30	* Emporter une collation
DI 26/01	Gérard BERTAULT 06 44 94 58 90	24	De Chatou à Gennevilliers en longeant la Seine par le Stade Olympique de Colombes et le parc des Chanteraines	AM Q + 108 - 109	OUI	RER A - ZEBU Nation Chatelet		8h35 8h41	St-Germain-en- Laye	CHATOU	9h02	Gennevilliers	RER C	
MA 28/01	Sylvie DECUREY 01 43 48 69 64 06 61 04 21 80 (06 seulement en rando.)	7	La coulée verte de Verrières-le-Buisson à Fontenay-aux-Roses par le Parc Heller.	AL P	NON *	RER B Châtelet Denfert		9h41 9h49 **	Massy- Palaiseau	MASSY-VERRIÈRES	10h11	Fontenay aux Roses	RER B avant 13h30	* Emporter une collation ** Regroupement à Denfert Rochereau
ME 29/01	Claude ROUGERIE 01 40 30 57 59 06 71 96 63 80	12	Le Bassin de Trévoix, Bruyères-le-Châtel et ses sentes, Ollainville	AL Q +80 m	OUI	RER C Invalides <u>Austerlitz</u> BFM		9h05 9h15 9h19	Dourdan la Forêt	ÉGLY	9h59	Égly	RER C Trains toutes les 30 mn à 29 & 59	

Abréviations : LU,MA,ME,JE,VE,SA,DI : jours , A L: Allure lente , A M: moyenne , A S: soutenue (+ de 4 km/h) , GL: Grandes Lignes , Dénivelés : P : pas ou peu , Q : quelques (100 à 300m), N : nombreux (> à 300m)

RSP

PROGRAMMES RANDONNÉES DU 01 JANVIER AU 31 MARS 2025

RSPO

RECOMMANDATION : LA VEILLE DE LA SORTIE, VÉRIFIEZ SI POSSIBLE L'HORAIRE DE DÉPART DU TRAIN. EN CAS D'UN ÉCART IMPORTANT, VEUILLEZ VOUS INFORMER AUPRES DE L'ANIMATEUR(TRICE) DE L'HORAIRE CHOISI.

RELIRE ATTENTIVEMENT LES CONSIGNES, NOTAMMENT EN CAS DE MOUVEMENT SOCIAL OU D'ALERTE MÉTÉO = ORANGE = OU ROUGE.

INFORMATION : LA PERSONNE ANIMANT LA RANDONNÉE MONTE A LA STATION SOULIGNÉE.

DATE	Animateur Animatrice	Km	Intitulé	Allure Dénivelés	REPAS pique nique	ALLER					RETOUR		15/12/2024 REMARQUES	
						RENDEZ-VOUS		SNCF ou RATP			Gare et billets	Horaire		
						Lieu (voir consignes)	Heure	Heure départ	Direction	Gare destination et billets				Heure arrivée
Abréviations : LU,MA,ME,JE,VE,SA,DI : jours , A L: Allure lente , A M: moyenne , A S: soutenue (+ de 4 km/h) , GL: Grandes Lignes , <u>Dénivelés</u> : P : pas ou peu , Q : quelques (100 à 300m), N : nombreux (> à 300m)														
ME 29/01	Thierry JACQMIN 06 11 08 06 64	18	Bagneaux sur Loing/Nemours par les Rochers de Beauregard . Forêts, Rochers, Plâtrières, cuvettes sableuses et la vieille ville de Nemours...	AM Q +196 m -183 m	OUI	ligne R Gare de Lyon	8h05	8h16	Montargis	BAGNEAUX SUR LOING	9h28	Nemours Saint Pierre	<u>16h33</u> 17h34	
févr-25														
MA 04/02	Sylvie DECUREY 01 43 48 69 64 06 61 04 21 80 (06 seulement en rando.)	7	Balade le long de l'Orge.	AL P	NON *	RER C G.d'Austerlitz		9h30	Saint-Martin d'Étampes	ÉPINAY-sur-ORGE	9h53	Juvizy	RER C ou D avant 13h30	* Emporter une collation
ME 05/02	Claude ROUGERIE 01 40 30 57 59 06 71 96 63 80	10	Un petit tour dans laForêt Régionale de Rougeau	AL P 40 m	OUI	RER D (ZACO) G. du Nord Châtelet G. de Lyon		9h12 9h16 9h20	Melun	SAVIGNY-le-TEMPLE	10h04	Savigny-le-Temple	RER C Trains toutes les 15 mn à 06-21-36-51	
VE 07/02	Véronique Perreau 06 82 45 24 86	19	Boucle Crouy sur Ourcq par Coulombs en Valois ; Oratoire Château de Bellevue Château de Gesvres	AM Q +274 m -274 m	OUI	Ligne P Gare de l'EST	8h30	8h49	Château Thierry puis Ferté Milon	Crouy sur Ourcq	9h45	Crouy sur Ourcq	Toutes les h à 14	Chgt aller et retour Meaux ou Trilport
MA 11/02	Gérard BERTAULT 06 44 94 58 90	20	Grand-tour de PARIS en 26 étapes 24) D'Orgerus à Villiers- Nauphle	AM Q 320 330	OUI	Ligne N - DAPO G. Montparnasse	8h45	8h58	Dreux	ORGERUS	9h46	Plaisir - Grignon	=> Montparnasse 15h20, 15h58 puis ttes les 20mn	
ME 12/02	Claude ROUGERIE 01 40 30 57 59 06 71 96 63 80	11	Promenade le long de l'Oise, avec un parcours dans la réserve naturelle des marais de Stars.	AL P 40 m	OUI	Train H (VOBA) G. du Nord Banlieue	9h15	9h26	Persan- Beaumont	MÉRIEL	10h08	L'Isle Adam	Trains ttes les heures à 09	

RSP

PROGRAMMES RANDONNÉES DU 01 JANVIER AU 31 MARS 2025

RSPO

RECOMMANDATION : LA VEILLE DE LA SORTIE, VÉRIFIEZ SI POSSIBLE L'HORAIRE DE DÉPART DU TRAIN. EN CAS D'UN ÉCART IMPORTANT, VEUILLEZ VOUS INFORMER AUPRES DE L'ANIMATEUR(TRICE) DE L'HORAIRE CHOISI.**RELIRE ATTENTIVEMENT LES CONSIGNES, NOTAMMENT EN CAS DE MOUVEMENT SOCIAL OU D'ALERTE MÉTÉO - ORANGE - OU ROUGE.****INFORMATION :** LA PERSONNE ANIMANT LA RANDONNÉE MONTE A LA STATION SOULIGNÉE.

DATE	Animateur Animatrice	Km	Intitulé	Allure Dénivelés	REPAS pique nique	ALLER						RETOUR		15/12/2024 REMARQUES
						RENDEZ-VOUS		SNCF ou RATP				Gare et billets	Horaire	
						Lieu (voir consignes)	Heure	Heure départ	Direction	Gare destination et billets	Heure arrivée			
Abréviations : LU,MA,ME,JE,VE,SA,DI : jours , A L: Allure lente , A M: moyenne , A S: soutenue (+ de 4 km/h) , GL: Grandes Lignes , Dénivelés : P : pas ou peu , Q : quelques (100 à 300m), N : nombreux (> à 300m)														
ME 12/02	Thierry JACQMIN 06 11 08 06 64	18	Les 8 polissoirs du néolithique de Fay-les-Nemours	AM Q	OUI	ligne R Gare de Lyon	8h05	8h16	MONTARGIS	BAGNEAUX SUR LOING	9h28	Bagneaux sur Loing	16h28 (Trains tts les H)	
JE 13/02	Christiane YBERT 01 42 07 11 25 06 14 29 74 72	17	De Noisiel à Noisy-le-Grand par la Grande Ile et le Parc de la Haute-Ile.	A M Q + 134	OUI	RER A * Châtelet Gare de Lyon Nation		9h14 9h18 9h21	Marne-la- Vallée CHESSY	NOISIEL	9h47	NOISY-le-GRAND - MONT d'EST	RER A toutes les 12mn	* L'animatrice vous rejoint dans le RER à Vincennes
ME 19/02	Sylvie DECUREY 01 43 48 69 64 06 61 04 21 80 (06 seulement en rando.)	6	Balade au Port aux Cerises.	AL P	NON *	RER D Gare de Lyon ou RER C Gare d'Austerlitz		9h40 9h45 **	Juvizy Dourdan	JUVIZY	10h05 ** 10h04	Juvizy	RER C ou D avant 13h30	* Emporter une collation * * RdV dans le souterrain côté sortie Seine
JE 20/02	Michel FROISSARD 06 82 83 07 00	17	Les-Essarts-Le-Roi - Coignières	AM Q +267 - 274	OUI	Gare Montparnasse Hall 4	9h20	9h35	Rambouillet	LES ESSARTS LE ROI	10h30	Coignière	Train ligne N ttes les 1/2H à 05 et 35	Plusieurs montées et descentes
MA 25/02	Gérard BERTAULT 06 44 94 58 90	11	Découvrez votre ville au cours d'une des 5 étapes du tour de Paris par le GR 75 ! 1 ^{ère} étape	AM Q	NON	Métro ligne 1 Station Porte de Vincennes sortie Tram 3a	8h30					Porte de Choisy - Métro Ligne 7 - Tram (T9)		
ME 26/02	Sylvie DECUREY 01 43 48 69 64 06 61 04 21 80 (06 seulement en rando.)	7	Le long de l'Yerres, de Brunoy à Crosne par le Parc Caillebotte.	AL P	NON *	RER D Gare de Lyon		9h36	Melun	BRUNOY	10h04	Montgeron- Crosne.	RER D avant 13h30	* Emporter une collation

RSP

PROGRAMMES RANDONNÉES DU 01 JANVIER AU 31 MARS 2025

RSPO

RECOMMANDATION : LA VEILLE DE LA SORTIE, VÉRIFIEZ SI POSSIBLE L'HORAIRE DE DÉPART DU TRAIN. EN CAS D'UN ÉCART IMPORTANT, VEUILLEZ VOUS INFORMER AUPRES DE L'ANIMATEUR(TRICE) DE L'HORAIRE CHOISI.**RELIRE ATTENTIVEMENT LES CONSIGNES, NOTAMMENT EN CAS DE MOUVEMENT SOCIAL OU D'ALERTE MÉTÉO - ORANGE - OU ROUGE.****INFORMATION :** LA PERSONNE ANIMANT LA RANDONNÉE MONTE A LA STATION SOULIGNÉE.

DATE	Animateur Animatrice	Km	Intitulé	Allure Dénivelés	REPAS pique nique	ALLER						RETOUR		15/12/2024 REMARQUES
						RENDEZ-VOUS		SNCF ou RATP				Gare et billets	Horaire	
						Lieu (voir consignes)	Heure	Heure départ	Direction	Gare destination et billets	Heure arrivée			
Abréviations : LU,MA,ME,JE,VE,SA,DI : jours , A L: Allure lente , A M: moyenne , A S: soutenue (+ de 4 km/h) , GL: Grandes Lignes , <u>Dénivelés</u> : P : pas ou peu , Q : quelques (100 à 300m), N : nombreux (> à 300m)														
JE 27/02	Christiane YBERT 01 42 07 11 25 06 14 29 74 72	17	De la gare de Saint-Nom-la Bretèche à Rueil- Malmaison par la Forêt de Marly, le vieux village, le Parc et la Machine de Marly, le circuit Pissaro, les bord de Seine et l'Ile des Impressionnistes	AM Q +242 m -346 m	OUI	<u>Train L (SEBU)</u> Gare Saint Lazare	9h00	9h09	Saint-Nom-la Bretèche	<u>SAINTE-NOM-la- BRETECHE-FORÊT de MARLY</u>	9h56	Rueil-Malmaison	RER A toutes les 12mn	
mars-25														
LU 03/03	Véronique Perreau 06 82 45 24 86	16	<u>Boucle Isles Armentieres: Usine élévatoire Canal de l'Ourcq Thérrouane Marne</u>	AM Q +143 -143	OUI	<u>Ligne P</u> Gare de l'EST	8h30	8h49	Château Thierry puis Ferté Milon	<u>ISLE ARMENTIÈRES</u>	9h34	Isles Armentières Congis	Toutes les h à 24	Chgt aller et retour Meaux ou Trilport
MA 04/03	Gérard BERTAULT 06 44 94 58 90	23	<u>Grand-tour de PARIS en 26 étapes 25) De Villiers-Nauphle à Villennes- sur-Seine</u>	AM Q 286 273	OUI	<u>Ligne N - DAPO</u> G. Montparnasse	8h45	8h58	Dreux	<u>VILLIERS-NEAUPHLE- PONTCHARTRIN</u>	9h31	Villennes-sur- Seine	=> Saint-Lazare 15h19 puis ttes les 30mn	
ME 05/03	Sylvie DECUREY 01 43 48 69 64 06 61 04 21 80 (06 seulement en rando.)	12	<u>De parc en parc urbains par l'île Saint-Denis.</u>	AL P Escaliers	OUI	<u>RER B</u> Denfert Châtelet		9h39 9h47	Mitry-Claye	<u>LA PLAINE-STADE DE France</u>	9h55	Gennevilliers	RER C ttes les 15mn	
VE 07/03	Pol BERERD 06 74 12 02 76	12	<u>Villennes sur Seine Bois et champs de Breteuil et Marsinval. Vieux villages de Brézolles, Bures. Ferme de Marolles, coteaux de Villennes.</u>	A M Q +190	NON	Gare Saint-Lazare Attention <u>Voir Nota*</u>		13h17	Ligne J Mantes la Jolie par Poissy	<u>VILLENES sur Seine</u>	13h42	Villennes-sur- Seine	17h19 Rames tts les 30 mn	NOTA * : L'animateur vous attendra à la <u>gare</u> <u>de Villennes sur Seine</u>
MA 11/03	Sylvie DECUREY 01 43 48 69 64 06 61 04 21 80 (06 seulement en rando.)	14	<u>En forêt de Fontainebleau par la plaine rayonnée,le Haut- Mont, la Malmontagne.</u>	AL Q	OUI	Gare de Lyon GL	8h30	8h46	Montereau	<u>MORET-VENEUX-LES- SABLONS</u>	9h32	MORET-VENEUX-LES- SABLONS	Train tts les 30 mn	* Pas de grimpe dans les rochers.

RSP

PROGRAMMES RANDONNÉES DU 01 JANVIER AU 31 MARS 2025

RSPO

RECOMMANDATION : LA VEILLE DE LA SORTIE, VÉRIFIEZ SI POSSIBLE L'HORAIRE DE DÉPART DU TRAIN. EN CAS D'UN ÉCART IMPORTANT, VEUILLEZ VOUS INFORMER AUPRES DE L'ANIMATEUR(TRICE) DE L'HORAIRE CHOISI.**RELIRE ATTENTIVEMENT LES CONSIGNES, NOTAMMENT EN CAS DE MOUVEMENT SOCIAL OU D'ALERTE MÉTÉO ORANGE OU ROUGE.****INFORMATION :** LA PERSONNE ANIMANT LA RANDONNÉE MONTE A LA STATION SOULIGNÉE.

DATE	Animateur Animatrice	Km	Intitulé	Allure Dénivelés	REPAS pique nique	ALLER					RETOUR		15/12/2024	
						RENDEZ-VOUS		SNCF ou RATP			Gare et billets	Horaire	REMARQUES	
						Lieu (voir consignes)	Heure	Heure départ	Direction	Gare destination et billets				Heure arrivée
ME 12/03	Claude ROUGERIE 01 40 30 57 59 06 71 96 63 80	13	Une boucle par la Roche-qui-sonne, le Puy Sauvage et le bois de Baune. Si c'est la période de la floraison des jonquilles on fera un petit détour pour en ramasser.	AM Q 140 m	OUI	<u>RER D (BOVO)</u> <u>G. de Lyon</u> banlieue ou <u>RER C (ELBA)</u> G. d'Austerlitz*		9h10	Juvizy	Juvizy 9h48 Changement prendre la direction (Maleserbes) <u>RER D (bovo)</u> départ <u>10h10</u> pour La Ferté Alais	10h48	La Ferté Alais		RER D Toutes les heures à 40
JE 13/03	Christiane YBERT 01 42 07 11 25 06 14 29 74 72	18	Sur les pas de Jean-Jacques Rousseau en forêt de Montmorency : de Groslay à Saint-Leu-la-Forêt	AM N +355 m -337 m	OUI	Gare du Nord	9H00	9H13	Luzarches	GROSLAY	9h29	Saint-Leu-la-Forêt	TER H 1 ou 2 par heure	
MA 18/03	Sylvie DECUREY 01 43 48 69 64 06 61 04 21 80 (06 seulement en rando.)	12	A la découvette de jonquilles? en forêt de Sénart	AL P	OUI	<u>RER D</u> Gare de Lyon		9h36	Melun	BRUNOY	10h04	Boussy-Saint-Antoine	RER D ttes les 15mn	
ME 19/03	Claude ROUGERIE 01 40 30 57 59 06 71 96 63 80	13	La vallée de la Chalouette vue d'en haut et vue d'en bas.	AM Q +200 m	OUI	<u>RER C</u> <u>G. Austerlitz</u> St Michel		8h58 <u>9h02</u> 9h08	Étampes	SAINT-MARTIN D'ÉTAMPES	10h01	Saint-Martin D'Étampes	RER C toutes les 30 mn à 26 et 54	
JE 20/03	Michel FROISSARD 06 82 83 07 00	18	Triel-sur-Seine - Meulan-Hardricourt	AM Q +369 - 398	OUI	Gare Saint-Lazare	8h55	9h10	Mantes-la-Jolie	TRIEL-SUR-SEINE	9h42	Meulan Hardricourt	15h34, 16h04, 16h36	Nombreuses montées et descentes
MA 25/03	Poï BERERD 06 74 12 02 76	13	Boucle Meulan Hardricourt-Gaillon-Oinville sur Monciet la vallée de la Montciet, ses moulins, parcs et lavoirs de Oinville	AM Q +205	NON	Gare Saint-Lazare Attention Voir Nota*		13h15	Ligne J Mantes la Jolie par Conflans Ste Honorine	MEULAN-HARDRICOURT	14h06	Meulan Hardricourt	18h15 Trains Tts les 20 mn	NOTA * : L'animateur vous attendra à la <u>gare de Meulan-Hardricourt</u>

Abréviations : LU,MA,ME,JE,VE,SA,DI : jours , A L: Allure lente , A M: moyenne , A S: soutenue (+ de 4 km/h) , GL: Grandes Lignes , **Dénivelés** : P : pas ou peu , Q : quelques (100 à 300m), N : nombreux (> à 300m)

RSP

PROGRAMMES RANDONNÉES DU 01 JANVIER AU 31 MARS 2025

RSPO

RECOMMANDATION : LA VEILLE DE LA SORTIE, VÉRIFIEZ SI POSSIBLE L'HORAIRE DE DÉPART DU TRAIN. EN CAS D'UN ÉCART IMPORTANT, VEUILLEZ VOUS INFORMER AUPRES DE L'ANIMATEUR(TRICE) DE L'HORAIRE CHOISI.**RELIRE ATTENTIVEMENT LES CONSIGNES, NOTAMMENT EN CAS DE MOUVEMENT SOCIAL OU D'ALERTE MÉTÉO - ORANGE - OU ROUGE.****INFORMATION :** LA PERSONNE ANIMANT LA RANDONNÉE MONTE A LA STATION SOULIGNÉE.

DATE	Animateur Animatrice	Km	Intitulé	Allure Dénivelés	REPAS pique nique	ALLER					RETOUR		15/12/2024 REMARQUES
						RENDEZ-VOUS		SNCF ou RATP			Gare et billets	Horaire	
						Lieu (voir consignes)	Heure	Heure départ	Direction	Gare destination et billets			
ME 26/03	Claude ROUGERIE 01 40 30 57 59 06 71 96 63 80	10	le Parc Inter-départemental des Sports de Choisy, et les bords de la Seine	A L P +30	OUI	<u>RER D</u> G. du Nord Châtelet <u>G. de Lyon</u>		10h19 10h23 10h31	Corbeil Éssonnes	<u>LE VERT DE MAISONS</u>	10h40	Choisy Le-Roi	RER C Trains Ttes les 15 mn pour BFM, G. d'Austerlitz
ME 26/03	Thierry JACQMIN 06 11 08 06 64	18	Boucle à partir de Crécy la Chapelle (Vallée du Grand Morin)	AM Q + 179 - 179	OUI	ligne P Gare de l'Est	8h20	8h31	Meaux	<u>CRÉCY LA-CHAPELLE</u>	9h22	Crécy-la-Chapelle	16h35
JE 27/03	Christiane YBERT 01 42 07 11 25 06 14 29 74 72	15	Du Pont de Saint-Cloud au Pont de Neuilly par le Parc de Saint Cloud (jardin Renaissance, Parc à la Française et Jardin anglais), les Terrasses surplombant la Seine, la Passerelle de l'Avre, Longchamp et Bagatelle (Bulbes jaunes et Clématites), Parc Saint James et ses Fabriques.	AM Q. + 223	OUI	Métro ligne 10 Pont de Saint- Cloud (Sortie 3)				<u>PONT de SAINT CLOUD</u>	9H30	Pont de Neuilly	M 1
VE 28/03	Sylvie DECUREY 01 43 48 69 64 06 61 04 21 80 (06 seulement en rando.)	15	Le long de l'Orge et par la basilique de Longpont.	AL Q	OUI	<u>RER C</u> G. d'Austerlitz	8h30	8h45	Dourdan	<u>ARPAJON</u>	9h28	Sainte-Geneviève- des-Bois	RER C ttes les 15mn

Abréviations : LU,MA,ME,JE,VE,SA,DI : jours , A L: Allure lente , A M: moyenne , A S: soutenue (+ de 4 km/h) , GL: Grandes Lignes , Dénivelés : P : pas ou peu , Q : quelques (100 à 300m), N : nombreux (> à 300m)