



RANDONNEURS ET AJUSTES DU XX^{ÈME}

Auberge de Jeunesse d'Artagnan
80 rue Vitruve - 75020 Paris
Métro: Porte de Bagnolet (ligne 3)

☎ Myriam: 01 42 43 90 03 - Jean: 01 48 76 28 14

Site: <http://randonneursetajustesduvingtieme.jimdo.com/> Mail: jean.woh@free.fr

VENDREDI 5 FÉVRIER 2016 à 19h30 au siège de l'association: 80 rue Vitruve 75020 PARIS

Réunion mensuelle

Vous avez eu votre **anniversaire en octobre, novembre, décembre ou janvier ?**
Venez le souhaiter avec nous à la réunion en apportant **une bouteille ou un gâteau !**

réunion suivante: **vendredi 4 mars**



DIMANCHE 7 FÉVRIER

Robert et Myriam: 06 24 13 24 05 - 01 42 43 90 03 - mgrenier@club-internet.fr

La forêt de Fontainebleau

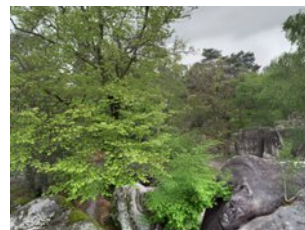
Robert et Myriam organisent une randonnée en boucle d'environ **15 km** en forêt de Fontainebleau au départ de Bois-le-Roi: rochers Cuvier et site d'Apremont.

R.-V.: **9h30** gare de Lyon en sous-sol (RER-D) au milieu du quai en direction de Montereau.

Départ du train: **9h42** (train "KYMO"). Arrivée: **10h39** à Bois-le-Roi.

Billet: pour Bois-le-Roi (8,40 € - *gratuit avec un pass navigo*).

Retour: de Bois-le-Roi à Paris gare de Lyon.



DIMANCHE 14 FÉVRIER

Gérard: 01 43 53 35 95 - 06 65 59 47 29 - autant.matteoli@club-internet.fr

Autour de Chevreuse

Gérard vous propose une randonnée en boucle de **18 km** au départ de Saint-Rémy-lès-Chevreuse: **chemin Jean Racine**, forêts de la Madeleine et de Claireau et **château de la Madeleine**.

R.-V.: **9h10** RER-B Châtelet-les-Halles au milieu du quai en direction de St-Rémy-lès-Chevreuses.

Départ du train: **9h23** (RER-B "PIRE"). Arrivée: **10h11** à St-Rémy-lès-Chevreuses.

Billet: pour St-Rémy-lès-Chevreuses (5,05 € - *gratuit avec un pass navigo*).

Retour: de St-Rémy-lès-Chevreuses à Paris (5,05 € - *gratuit avec un pass navigo*).



DIMANCHE 21 FÉVRIER

Roland: 01 45 41 36 59 - 06 26 68 69 39 - erguy.desquesnes@orange.fr

Forêt de Rougeau et bords de Seine

Roland vous propose une randonnée de **15 km** à partir de Cesson: excursion en **forêt de Rougeau** puis **les bords de Seine** entre Morsang-sur-Seine et Corbeil-Essonnes.

R.-V.: **9h15** gare de Lyon en sous-sol (RER-D) au milieu du quai en direction de Melun.

Départ du train: **9h35** (RER D "ZACO"). Arrivée: **10h21** à Cesson.

Billet: pour Cesson (7,60 € - *gratuit avec un pass navigo*).

Retour: de Corbeil-Essonnes à Paris gare de Lyon (6,90 € - *gratuit avec un pass navigo*).



Randonneurs et Ajistes du XX^{ème}

DIMANCHE 28 FÉVRIER

Myriam: 06 32 92 86 78 - 01 42 43 90 03 - mgrenier@club-internet.fr

Montmartre et le quartier Pajol

Myriam vous propose une balade dans le 18^{ème} de Montmartre au quartier Pajol: visite de Montmartre, du jardin Eole et du nouveau quartier Pajol avec son auberge de jeunesse.

R.-V.: 10h30 au pied du funiculaire de Montmartre (métro Anvers).
Prévoir un ticket de métro ou un pass navigo.



Nos projets pour les mois à venir

DIMANCHE 5 MARS

Jackie: 06 07 89 99 79 - jackie.barbas@wanadoo.fr

Jackie vous proposera une balade dans le quartier du Marais.

SAMEDI 5 & DIMANCHE 6 MARS

Isabelle: 06 64 51 63 23 - isabelle.fraigneux@gmail.com

Les Faux de Verzy

Isabelle organisera un week-end dans le vignoble champenois à la découverte des Faux de Verzy: les hêtres tortillards de la forêt de Verzy.
Hébergement au gîte d'étape d'Avenay-Val-d'Or près d'Épernay (16,45 € la nuitée par personne).
Coût approximatif: 35 € (hébergement et repas). Transport en plus: covoiturage, 2h de route.

Nombre de places limité à 12.



SAMEDI 19 & DIMANCHE 20 MARS

Robert et Myriam: 06 24 13 24 05 - 01 42 43 90 03 - mgrenier@club-internet.fr

Les Jonquilles à Recloses

Robert et Myriam organiseront un week-end au refuge du Bolet de Satan à Recloses à l'occasion de la fête des jonquilles du dimanche 20 mars.



Du 30 AVRIL au 8 MAI

Jacqueline: 02 51 07 85 29 - j.bichaoui@free.fr
Isabelle: 06 64 51 63 23 - isabelle.fraigneux@gmail.com

Jacqueline et Isabelle organiseront une randonnée d'une semaine dans les Abers en Bretagne.

COMPLET

Du 5 au 7 AOÛT

Jacqueline: 02 51 07 85 29 - j.bichaoui@free.fr

Jacqueline organisera une rando de 3 jours dans le Parc de la Brenne.

Quelques petits conseils pour bien profiter de la randonnée dans notre association

L'indispensable dans votre sac à dos: Le casse-croûte du midi, une gourde d'eau (deux litres en été), des vêtements chauds, un imperméable ou une cape de pluie, un bonnet, chapeau ou bob (protection pluie ou soleil). Il est recommandé de porter des chaussures de marche correctes déjà rodées de préférence ! (les tennis sont à éviter).

Vous pouvez prévenir de votre participation, c'est plus sympa pour l'organisateur.

L'e facultatif, mais qu'il est bien d'avoir avec soi: une petite thermos d'eau chaude pour café, thé ou une soupe l'hiver, un canif, une lampe électrique, un sifflet, quelques sucreries (bonbons, gâteaux, fruits secs), un rechange (chaussettes, tee-shirt, pull), un foulard, une couverture de survie...

Enfin, si vous possédez une paire de jumelles, n'hésitez pas à les apporter et à en faire profiter le groupe.

Pensez à prendre votre carte d'adhésion à l'association.

Important

Nos randonnées sont ouvertes à tous niveaux, cependant, si de la balade à la promenade il n'y a qu'un petit pas, de la promenade à la randonnée il y a une enjambée... Nous vous rappelons que la randonnée se conçoit comme un loisir sportif, et demande une condition physique appropriée. Mais rassurez-vous, aux Randonneurs et Ajistes du XX^{ème}, on ne marche pas au pas, la découverte de la nature, les rencontres sont aussi au programme !

Nous vous informons que l'adhésion incluant l'assurance est indispensable pour participer aux activités

Adhésion - Ré-adhésion: 2015-2016 (du 1^{er} septembre au 31 août) Jean: 01 48 76 28 14 - jean.woh@free.fr

Adresse postale: envoyez vos courriers à l'adresse ci-dessous:

Jean WOH - 8 bis rue Racine - 94120 FONTENAY SOUS BOIS

