



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.jimdofree.com> e-mail: jean.woh@free.fr

BONNE ANNÉE 2021!

VENDREDI 1^{er} JANVIER

Patricia: 06 67 23 92 94 - patsafx@gmail.com

Rando-balade du jour de l'an

Patricia vous propose une rando-balade (avant le prochain confinement !).

Bois de Vincennes, bords de Marne... selon météo et envie.

Apportez vos thermos !

R.-V.: 10h15 porte dorée (métro ligne 8) devant la statue dorée.

***** Inscription obligatoire: 6 personnes maximum *****



DIMANCHE 10 JANVIER

Patricia: 06 67 23 92 94 - patsafx@gmail.com

La forêt de Rougeau et les bords de Seine

Patricia vous propose une randonnée de **19 km** de **Cesson** à **Corbeil-Essonnes** à travers la **forêt de Rougeau** puis en cheminant vers les **bords de Seine**.

(Possibilité de reprendre le RER à la gare du Plessis Chenet après 13 km).

R.-V.: 8h55 gare de Lyon (RER-D en sous-sol) au milieu du quai en direction de Melun.

Départ de train: 9h09. Arrivée: 9h56 à Cesson.

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

Retour: de **Corbeil-Essonnes** à Paris gare de Lyon (7,10 € - *gratuit avec un pass navigo*).

***** Inscription obligatoire: 6 personnes maximum *****



Randonneurs et Ajistes du XX^{ème}

DIMANCHE 17 JANVIER

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

Les coteaux de la Juine

Isabelle vous propose une randonnée en boucle de **15 km** dans la **vallée de la Juine** au départ de **Lardy**.
R.-V.: 10h00 gare d'Austerlitz (RER-C) au milieu du quai en direction de St-Martin d'Étampes.

(Isabelle partira de la station Bibliothèque François Mitterrand et retrouvera le groupe dans le train ou à la gare d'arrivée)

Départ de train: 10h16. Arrivée: 11h02 à Lardy.

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

Retour: de **Lardy** (RER-C) à Paris (7,60 € - *gratuit avec un pass navigo*).

***** Inscription obligatoire: 6 personnes maximum *****



DIMANCHE 24 JANVIER

Jean: 07 68 77 17 40 - jean.woh@free.fr

La forêt de l'Isle-Adam

Jean vous propose une randonnée de **16 km** en **forêt de l'Isle-Adam** de **Parmain** à **Mériel** en passant par la réserve naturelle du **Marais de Stors**.

R.-V.: 8h45 gare du Nord devant la voie de départ en direction de Persan-Beaumont.

Départ de train: 8h56. Arrivée: 9h45 à L'Isle-Adam Parmain.

Billet: pour **L'Isle-Adam Parmain** (7,10 € - *gratuit avec un pass navigo*).

Retour: de **Mériel** à Paris gare du Nord (6,15 € - *gratuit avec un pass navigo*).

***** Inscription obligatoire: 6 personnes maximum *****



DIMANCHE 31 JANVIER

Patrick: 06 32 12 03 03 - patrick.venne@wanadoo.fr

La forêt de Sénart

Patrick vous propose une randonnée en boucle de **15 km** en **forêt de Sénart** au départ de **Brunoy**.

R.-V.: 8h55 gare de Lyon (RER-D en sous-sol) au milieu du quai en direction de Melun.

Départ de train: 9h09, Arrivée: 9h37 à Brunoy.

Billet: pour **Brunoy** (5,20 € - *gratuit avec un pass navigo*).

Retour: de **Brunoy** à Paris gare de Lyon (5,20 € - *gratuit avec un pass navigo*).

***** Inscription obligatoire: 6 personnes maximum *****



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'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: 2020-2021 (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