



# RANDONNEURS ET AJUSTES DU XX<sup>EME</sup>

Auberge de Jeunesse d'Artagnan

80 rue Vitruve - 75020 Paris

Métro: Porte de Bagnole (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](mailto:jean.woh@free.fr)

## DIMANCHE 2 MAI

Patricia: 06 67 23 92 94 - [patsafx@gmail.com](mailto:patsafx@gmail.com)

### Les bords de Marne

Patricia vous propose une randonnée de **10 à 14 km** à partir de la Porte Dorée: traversée du **Bois de Vincennes**, bords de Marne jusqu'à l'île **Sainte-Catherine**.

R.-V.: **Porte Dorée** (ligne 8)

Retour: Retour par le RER-A **Saint-Maur-Créteil** ou le métro **École Vétérinaire de Maisons-Alfort** (ligne 8).



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

## DIMANCHE 9 MAI

Isabelle: 06 64 51 63 23 - [isabelle.fraigneux@gmail.com](mailto:isabelle.fraigneux@gmail.com)

### Le Vexin entre l'Oise et le Sausseron

Isabelle vous propose une randonnée en boucle de **18 km** dans le Vexin français vers **Nesles-la-Vallée** au confluent du **Sausseron** et de l'**Oise**.

R.-V.: **9h40 gare du Nord** devant la voie de départ en direction de Persan-Beaumont.

Départ de train: **9h56**. Arrivée: **10h45** à **L'Isle-Adam-Parmain**.

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

Retour: de **L'Isle-Adam-Parmain** à Paris gare du Nord vers 18h (7,10 € - *gratuit avec un pass navigo*).



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

# Randonneurs et Ajistes du XX<sup>ème</sup>

**DIMANCHE 23 MAI**

Patrick: 06 32 12 03 03 - [patrick.venne@wanadoo.fr](mailto:patrick.venne@wanadoo.fr)

## La forêt de Saint-Germain-en-Laye

Patrick vous propose une randonnée en boucle de **15 km** en forêt de St-Germain-en-Laye en partant du château et en longeant la grande terrasse.

**R.-V.:** 9h15 gare de Lyon (RER-A) au milieu du quai en direction de Saint-Germain-en-Laye.

**Départ de RER:** 9h29. Arrivée: 10h00 à Saint-Germain-en-Laye.

(Possibilité de prendre le RER-A à Châtelet-les-Halles à 9h32).

**Billet:** pour Saint-Germain-en-Laye (4,45 € - gratuit avec un pass navigo).

**Retour:** de Saint-Germain-en-Laye à Paris - RER-A (4,45 € - gratuit avec un pass navigo).



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

**DIMANCHE 30 MAI**

Jean: 07 68 77 17 40 - [jean.woh@free.fr](mailto:jean.woh@free.fr)

## La vallée de la Mérantaise

Jean vous propose une randonnée de **15 km** dans la vallée de la Mérantaise (affluent de l'Yvette). Traversée de la Forêt de la Tête Ronde, des Bois des Grais et d'Aigrefoin.

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

**Départ de RER-B:** 9h23. Arrivée: 10h05 à Gif-sur-Yvette.

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

**Retour:** de Courcelle-sur-Yvette à Paris - RER-B (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'**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**

**N**os 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<sup>ème</sup>, 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<sup>er</sup> septembre au 31 août) Jean: 01 48 76 28 14 - [jean.woh@free.fr](mailto:jean.woh@free.fr)**

**Adresse postale: envoyez vos courriers à l'adresse ci-dessous:  
Jean WOH - 8 bis rue Racine - 94120 FONTENAY SOUS BOIS**