



RANDONNEURS ET AJUSTES DU XXÈME

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

VENDREDI 7 OCTOBRE 2022 à 19h30

au siège de l'association: 80 rue Vitruve 75020 PARIS

Réunion mensuelle

réunion suivante: vendredi 4 novembre

DIMANCHE 2 OCTOBRE

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

Le chemin des noix

Patricia vous propose une randonnée de **16 km** de **Montereau** à **Champagne-sur-Seine**.

En chemin, glanage de noix en suivant le sentier surplombant les méandres de la Seine.

Possibilités de retour après 8 km (La Grande-Paroisse) ou 12 km (Vernou sur Seine).

R.-V.: 8h30 gare de Paris-Bercy-Bourgogne (7 minutes à pied du métro Bercy) devant la voie de départ en direction de Laroche-Migennes.

Départ du train: 8h46. Arrivée: 9h43 à Montereau.

Billet: pour Montereau (5,00 € - gratuit avec un pass navigo).

Retour: de Champagne-sur-Seine (ou Moret-Veneux les Sablons) à Paris (5,00 € - gratuit avec un pass navigo).

***** Inscription auprès de Patricia *****



DIMANCHE 9 OCTOBRE

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

De Saint-Chéron à Dourdan

Patrick vous propose une randonnée de **15 km** de **Saint-Chéron** à **Dourdan** en remontant la vallée de l'Orge.

R.-V.: 9h30 gare d'Austerlitz (RER-C) au milieu du quai en direction de Dourdan.

Départ du RER: 9h45. Arrivée: 10h40 à Saint-Chéron.

Billet: pour Saint-Chéron (5,00 € - gratuit avec un pass navigo).

Retour: de Dourdan à Paris (5,00 € - gratuit avec un pass navigo).

***** Inscription auprès de Patrick *****



JEUDI 13 OCTOBRE

Myriam: 06 32 92 86 78 - myriamgrenier007@gmail.com

La vallée du Petit Rosne

Myriam et Robert vous proposent une randonnée de **10 à 12 km** dans la vallée du **Petit Rosne**: vaches, canards et châtaignes autour du **château d'Écouen**.

R.-V.: 10h22 à l'arrivée du train en gare de **Sarcelles Saint-Brice**.

Départ du train: 10h04 gare du Nord en direction de Luzarches.

(Les accompagnateurs monteront à la gare de Saint-Denis à 10h10 dans la voiture de queue)

Billet: pour Sarcelles Saint-Brice (4,45 € - gratuit avec un pass navigo).

Retour: de Écouen-Ézanville à Paris (4,45 € - gratuit avec un pass navigo).

***** Inscription auprès de Myriam *****



Randonneurs et Ajistes du XX^{ème}

DIMANCHE 16 OCTOBRE

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

La forêt de Verrières

Jean vous propose une randonnée en boucle de **17 km** en **forêt de Verrières** au départ de la gare d'Igny. Retour sur Igny en longeant la Bièvre. *Possibilité de retour après 15 km (Bièvres).*

R.-V.: 9h20 gare d'Austerlitz (RER-C) au milieu du quai en direction de Versailles-Chantiers.

Départ du RER: 9h36. Arrivée: 10h31 à Igny.

Billet: pour Igny (3,65 € - *gratuit avec un pass navigo*).

Retour: de Igny à Paris (RER-C) (3,65 € - *gratuit avec un pass navigo*).

***** Inscription auprès de Jean *****



MERCREDI 19 OCTOBRE

Myriam: 06 32 92 86 78 - myriamgrenier007@gmail.com

Autour d'Auvers sur Oise

Myriam et Robert vous proposent une randonnée de **10 à 12 km** vers Auvers sur Oise et la ravine des Vallées.

R.-V.: 10h41 à l'arrivée du train en gare de **Valmondois**.

Départ du train: 9h56 gare du Nord en direction de Persan-Beaumont.

(*Les accompagnateurs monteront à la gare de Saint-Denis à 10h02 dans la voiture de queue*)

Billet: pour Valmondois (5,00 € - *gratuit avec un pass navigo*).

***** Inscription auprès de Myriam ou Robert (06 24 13 24 05) *****



DIMANCHE 23 OCTOBRE

François: 06 89 01 94 32 - frarollet@gmail.com

Les sources de l'Orge par la forêt de Dourdan

François vous propose une randonnée en boucle de **20 km** vers les **sources de l'Orge** en forêt de Dourdan.

R.-V.: 8h30 gare d'Austerlitz (RER-C) au milieu du quai en direction de Dourdan.

Départ du RER: 8h46. Arrivée: 9h50 à Dourdan.

Billet: pour Dourdan (5,00 € - *gratuit avec un pass navigo*)

Retour: de Dourdan (TER 860616 à 17h59) direct Paris à 18h38 (5,00 € - *gratuit avec un pass navigo*)

***** Inscription auprès de François *****



DIMANCHE 30 OCTOBRE

François: 06 89 01 94 32 - frarollet@gmail.com

La vallée de la Rémarde

François vous propose une randonnée de **16 km** dans la vallée de la **Rémarde** au départ de Dourdan jusqu'à Sermaise.

R.-V.: 8h30 gare d'Austerlitz (RER-C) au milieu du quai en direction de Dourdan.

Départ du RER: 8h47. Arrivée: 9h50 à Dourdan.

Billet: pour Dourdan (5,00 € - *gratuit avec un pass navigo*)

Retour: de Sermaise à Paris (RER toutes les demi-heures - 5,00 € - *gratuit avec un pass navigo*)

***** Inscription auprès de François *****



 **ATTENTION PASSAGE À L'HEURE D'HIVER: dimanche à 3h00 il sera 2h00**

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: 2022-2023 (du 1^{er} septembre au 31 août) Jean: 07 68 77 17 40 - jean.woh@free.fr

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