

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: 07 68 77 17 40

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

VENDREDI 1^{er} SEPTEMBRE 2023 à 19h30 au siège de l'association: 80 rue Vitruve 75020 PARIS

Réunion mensuelle

réunion suivante: vendredi 6 octobre

DIMANCHE 3 SEPTEMBRE

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

La vallée de la Chalouette

François vous propose une randonnée en boucle de **20 km** à l'ouest d'Étampes le long de la Louette et de la Chalouette (affluent de la Juine).

R.-V.: 9h00 gare d'Austerlitz (RER-C en sous-sol) au milieu du quai en direction de St-Martin d'Étampes

Départ du RER-C: 9h16. Arrivée: 10h20 à St-Martin d'Étampes.

Billet: pour St-Martin d'Étampes (5,00 € - gratuit avec un pass navigo).

Retour: de St-Martin d'Étampes à Paris. RER-C toutes les ½ heures (5,00 € - gratuit avec un pass navigo).

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



DIMANCHE 10 SEPTEMBRE

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

L'île Nancy à Andrésy

Myriam vous propose une randonnée de **15 km** au départ de Conflans-fin-d'Oise le long de la Seine puis le bac pour l'île Nancy à Andrésy. L'après-midi rando sur les hauteurs d'Andrésy.

R.-V. : 10h Châtelet-les Halles (RER-A) au milieu du quai en direction de Cergy-le-Haut

Départ du RER-A: 10h17. Arrivée: 10h49 à Conflans-fin-d'Oise.

Billet: pour Conflans-fin-d'Oise (5,00 € - gratuit avec un pass navigo)

Retour: de Conflans-fin-d'Oise à Paris - RER-A (5,00 € - gratuit avec un pass navigo)

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



DIMANCHE 17 SEPTEMBRE

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

Journée du patrimoine: le Domaine de Coubertin

Isabelle vous propose une randonnée en boucle de **11 km** au départ de St-Rémy-lès-Chevreuse le matin. L'après-midi visite du **Domaine de Coubertin**: visite libre et/ou commentée, musée, parc, jardin de sculptures (entrée gratuite). Possibilité de nous rejoindre l'après-midi pour faire juste la visite.

R.-V. : 8h50h Châtelet-les Halles (RER-B) au milieu du quai en direction de St-Rémy-lès-Chevreuse

Départ du RER-B: 9h08. Arrivée: 9h57 à St-Rémy-lès-Chevreuse.

Billet: pour St-Rémy-lès-Chevreuse (5,00 € - gratuit avec un pass navigo)

Retour: de St-Rémy-lès-Chevreuse à Paris - RER-B vers 18h (5,00 € - gratuit avec un pass navigo)

***** Inscription auprès d'Isabelle *****



Randonneurs et Ajistes du XX^{ème}

DIMANCHE 24 SEPTEMBRE

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

Le chemin des pommiers

Jean vous propose une randonnée de 17 km de la gare de Cesson jusqu'à la forêt de Sénart en glanant des pommes et quelques poires le long de l'Allée Royale.

R.-V.: 9h25 gare de Lyon (RER-D en sous-sol) au milieu du quai en direction de Melun.

Départ du RER-D: 9h39. Arrivée 10h26 à Cesson.

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

Retour: de Combs-la-Ville-Quincy à Paris (5,00€ - gratuit avec un pass navigo)



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

du MARDI 26 SEPTEMBRE au DIMANCHE 1er OCTOBRE

Théo: 06 43 86 20 83

Exposition



Théo Appel expose avec Robert Chambers à la Galerie 3F
- 58 rue des Trois-Frères 75018 Paris, métro Abbesses (ligne 12)
- du 26 septembre au 1er octobre de 14h à 19h.
- Vernissage: **mardi 26 septembre à 18h30.**



***** Renseignements auprès de Théo *****

Nos projets pour les mois à venir

du 13 au 15 OCTOBRE

Jacqueline: 06 42 46 46 22 - j.bichaoui@gmail.com

Strasbourg

Jacqueline organisera un séjour à Strasbourg en octobre.
Visite de la ville et randonnées dans la campagne.

COMPLET



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 devez 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: 2023-2024 (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**