



RANDONNEURS ET AJUSTES DU XX^{EME}

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

VENDREDI 3 NOVEMBRE 2023 à 19h30 au siège de l'association: 80 rue Vitruve 75020 PARIS

Réunion mensuelle

réunion suivante: jeudi 7 décembre (assemblée générale)

DIMANCHE 12 NOVEMBRE Jean-Pierre: 06 44 03 79 19 - marfaing.jeanpierre@bbox.fr

Le Vexin français

Jean-Pierre vous propose une randonnée de **18 km** dans le Parc Naturel Régional du Vexin français. De **Meulan** à **Juziers** en passant par le site néolithique de la **Cave aux Fées** de Brueil-en-Vexin.

R.-V.: 8h35 gare Saint-Lazare devant la voie de départ en [direction de Mantes-la-Jolie](#).

Départ du train: 8h51. **Arrivée:** 9h41 à Meulan-Hardricourt.

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

Retour: de Juziers à Paris gare Saint-Lazare toutes les ½h (5,00€ - *gratuit avec un pass navigo*)

***** Inscription auprès de Jean-Pierre *****



DIMANCHE 19 NOVEMBRE

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

La forêt de Sénart et les bords de l'Yerres

Jean vous propose une randonnée de **15 km** au départ de **Montgeron** en traversant le nord de la **forêt de Sénart** puis le long de **l'Yerres** jusqu'à **Brunoy**.

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

Départ du RER-D: 9h09. **Arrivée** 9h31 à **Montgeron-Crosne**.

Billet: pour Montgeron-Crosne (4,95€ - *gratuit avec un pass navigo*)

Retour: de Brunoy à Paris - RER-D toutes les ½h (5,00€ - *gratuit avec un pass navigo*)

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



Randonneurs et Ajistes du XX^{ème}

DIMANCHE 26 NOVEMBRE

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

La Seine et le Loing autour de Moret

François vous propose une randonnée en boucle de **15 km** autour de **Moret-sur-Loing** par Saint-Mammès entre la **Seine** et le **Loing**.

R.-V.: 8h50 gare de Lyon (Hall 1) devant la voie de départ en direction de Montargis

Départ du train: 9h07. Arrivée: 10h07 à **Moret-Veneux-les-Sablons**.

Billet: pour **Moret-Veneux-les-Sablons** (5,00 € - *gratuit avec un pass navigo*).

Retour: de **Moret-Veneux-les-Sablons** à Paris gare de Lyon toutes les ½h.

(5,00 € - *gratuit avec un pass navigo*).

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



DIMANCHE 3 DÉCEMBRE

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

La forêt de Carnelle

Isabelle vous propose une randonnée en boucle de **17 km** en **forêt de Carnelle** au départ de **Viarmes**.

R.-V.: 8h50 gare du Nord devant la voie de départ en direction de Luzarches

Départ du train: 9h04. Arrivée: 9h45 à **Viarmes**.

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

Retour: de **Viarmes** à Paris gare du Nord (5,00 € - *gratuit avec un pass navigo*).

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



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'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**