



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
jean.woh@free.fr

VENDREDI 4 MAI à 19h30

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

Réunion mensuelle

réunion suivante: vendredi 1er juin

du SAMEDI 5 au MARDI 8 MAI

Myriam: 01 42 43 90 03 - mgrenier@club-internet.fr

Week-end à Vaucottes

Faites le pont du 8 mai à la mer !
Séjour en Normandie au gîte de Vaucottes (près de Fécamp).

Il reste encore des places

Possibilité de rejoindre le gîte dimanche 6 mai après-midi:

Accès par train et car: Paris St Lazare (14h50) - Fécamp (17h20), puis le car de la ligne 24 "Fécamp-Le Havre" de Fécamp-gare SNCF (17h25) à Vattetot-Vaucottes (17h45).

Renseignements et inscription auprès de Myriam



DIMANCHE 13 MAI

Jean: 01 48 76 28 14 - jean.woh@free.fr

L'Yerres et la forêt de Sénart

Jean vous propose une randonnée de 18 km entre Brunoy et Étiolles le long de l'Yerres puis en forêt de Sénart jusqu'à la Seine.

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

Départ du train: 9h38 (RER D "ZUCO"). Arrivée: 10h01 à Brunoy.

Billet: prendre un aller-simple pour Brunoy (zone 5).

Retour: de Evry Val de Seine à Paris gare de Lyon (zone 5).



DIMANCHE 27 MAI

Isabelle: 06 64 51 63 23 - isabelle.fraigneux@wanadoo.fr

La forêt de Fontainebleau

Isabelle vous propose une randonnée de 18 km sur le sentier Denecourt et le GR1 -TMF, en passant par les Rochers St-Germain, Cuvier-Chatillon et Canon.

R.-V. : 9h00 gare de Lyon, en tête du train en direction de Montargis.

Départ du train: 9h19 (train n° 51817). Arrivée: 9h50 à Bois-le-Roi.

Billet: prendre un aller-retour pour Bois-le-Roi (8,10 € / aller, zone 5).

Retour: de Bois-le-Roi à Paris gare de Lyon vers 17h30 / 18h00.



Nos projets pour les mois à venir :

SAMEDI 2 et DIMANCHE 3 JUIN

1982 - 2012 les 30 ans de l'association

Le 30^{ème} anniversaire des Randonneurs et Ajistes du XX^{ème} sera fêté à Combs-la-Ville

DIMANCHE 17 JUIN

Patricia: 01 43 28 15 11 - 06 67 23 92 94 - patsafx@gmail.com



De Fontainebleau à Thomery

Patricia vous proposera une randonnée de **14 km** avec quelques grimpettes, de **Fontainebleau à Thomery** via **la tour Denecourt** et les bords de Seine où nous pourrons faire trempette dans le petit port si le temps s'y prête.

Horaires de train et de rendez-vous seront communiqués ultérieurement.



1^{ère} semaine de SEPTEMBRE

Jacqueline: 02 51 07 85 29 - j.bichaoui@free.fr



Les bords de Loire

Jacqueline organisera une randonnée itinérante d'une semaine sur les bords de Loire.

Du **Mont Gerbier de Jonc** au **Puy en Velay**.
Possibilité de portage des sacs à dos.



Les 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 la [FFRandonnée](http://FFRandonnée.fr).

Important:

Nos randonnées sont ouvertes à tous nouveaux, 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 du XX^{ème}, on ne marche pas au pas, la découverte de la nature, les rencontres sont aussi au programme !

Nous vous informons que la licence FFRandonnée incluant l'assurance ne couvre que les membres inscrits.

Adhésion: la cotisation annuelle est de 27 €

Sophie: 01 40 22 64 96 - sophie.tonnerieux@free.fr