



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 6 AVRIL à 19h30

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

Réunion mensuelle

réunion suivante: vendredi 4 mai

DIMANCHE 1er AVRIL

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

Les rigoles de Saclay

Jean vous propose une randonnée de **18 km** de la forêt de Palaiseau à la vallée de la Mérantaise, le long des rigoles domaniales des Granges et de Saint Aubin.

R.-V. : 9h40 Châtelet-les-Halles (RER B) au milieu du quai en direction de Saint-Rémy-lès-Chevreuse.

Départ du train: 9h56 (RER B "PEPE"). **Arrivée: 10h27** à Lozère.

Billet: prendre un aller simple pour Lozère (zone 4).

Retour: de Gif-sur-Yvette à Paris - RER B (zone 5).



SAMEDI 14 et DIMANCHE 15 AVRIL

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

Combs-la-Ville

Sortie à Combs la ville sur le terrain des Amis de la nature au bord de l'Yerres avec **Robert et Myriam**.

Possibilité de camper ou de bivouaquer dans une cabane.

Samedi: train à **14h04** à Châtelet-les-Halles (RER D "ZUCO") en direction de Melun.

R.-V.: au milieu du quai. Prendre un billet pour Combs-la-Ville. **Arrivée: 14h38** à Combs.

Balade de **4 km** le long de l'Yerres puis farniente ou petit jardinage sur le terrain.

Repas en commun le soir, les achats se feront sur place.

Dimanche: départ de Châtelet-les-Halles à **10h04**, arrivée à Combs à **10h38**.

R.-V.: devant la sortie côté bus.

Prévoir des grillades. Chansons et bonne humeur au programme.

*Pour ceux qui souhaitent venir le samedi soir, envoyer un chèque de **10 €** à **Myriam Grenier** - 16 rue de la charronnerie 93200 Saint-Denis.*



SAMEDI 21 et DIMANCHE 22 AVRIL

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

Abbaye de Jouarre

Patricia organise une rando-séjour à l'abbaye de Jouarre avec ses amis Myriam et Alain.

Samedi: rando jusqu'à l'abbaye (possibilité rando seule avec retour Paris en fin de journée à Jouarre).

Nuitée en pension à l'abbaye.

Retour: dimanche avec possibilité de nous rejoindre depuis la Ferté sous Jouarre.

C'EST COMPLET POUR L'ABBAYE - contacter Patricia pour la rando du samedi (heure et lieu).



DIMANCHE 29 AVRIL

Christophe: 01 44 93 71 06 - chchateau@wanadoo.fr

La Ferté-Alais

Christophe vous propose une randonnée en boucle de **19 km** autour de La Ferté-Alais

R.-V. : 9h30 gare de Lyon (RER D) au milieu du quai en direction de Malesherbes.

Départ du train: 9h41 (RER D "BIPE"). **Arrivée: 10h37** à La Ferté-Alais.

Billet: prendre un aller-retour pour La Ferté-Alais (zone 5).

Retour: vers 18h de La Ferté-Alais à Paris- gare de Lyon.



Nos projets pour les mois à venir :

du SAMEDI 5 au MARDI 8 MAI



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.



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

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