



# RANDONNEURS ET AMISIES DU XXÈME

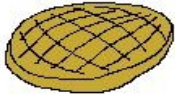
Auberge de Jeunesse d'Artagnan  
80 rue Vitruve – 75020 Paris  
Métro: Porte de Bagnolet (ligne 3)

☎ Myriam: 01 42 43 90 03 – Jean: 01 48 76 28 14  
jean.woh@free.fr

**VENDREDI 7 JANVIER à 19h30**

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

## Réunion mensuelle



La réunion mensuelle sera suivie de la galette offerte par l'association.

**Inscription obligatoire** auprès de **Roland**.

Contacts: 01 45 41 36 59 - [erguy.desquesnes@wanadoo.fr](mailto:erguy.desquesnes@wanadoo.fr)

*réunion suivante: vendredi 4 février 2011*



# Bonne année 2011

**DIMANCHE 9 JANVIER**

Contats: 01 45 56 70 73 - [gabriel.eideliman@meteo.fr](mailto:gabriel.eideliman@meteo.fr)

## Expo de l'après-midi

Gabriel vous propose la visite guidée de l'exposition "Lénine, Staline et la Musique".

R.-V. : 14h00 au guichet de la Cité de la Musique, Porte de Pantin.

[http://www.citedelamusique.fr/minisites/1010\\_lenine/index.ntm](http://www.citedelamusique.fr/minisites/1010_lenine/index.ntm)



**DIMANCHE 16 JANVIER**

Contacts: 01 48 76 28 14 - [jean.woh@free.fr](mailto:jean.woh@free.fr)

## La forêt de Coyes

Jean vous propose une randonnée de **17,5 km** entre Viarmes et Orry-la-Ville en passant par l'abbaye de Royaumont.

R.-V. : 9h50 Gare du Nord (surface) devant la voie de départ en direction de Luzarches.

Départ du train: 10h06 (Train "LOMI")

Arrivée: 10h50 à Viarmes.

Billet : Prendre un aller-simple pour **Viarmes**. (zone 5).

Retour: de Orry-la-Ville à Paris (Gare du Nord).



<http://www.openrunner.com/index.php?id=786314>

**SAMEDI 22 et DIMANCHE 23 JANVIER**

Contacts: 01 42 43 90 03 - [mgrenier@club-internet.fr](mailto:mgrenier@club-internet.fr)

## Traditionnel pot au feu à Recloses

**Robert et Myriam** vous propose un weekend au refuge du Bolet de Satan à Recloses.  
Prix prévisionnel: **25 €** en demi pension (prévoir un casse croute pour le dimanche midi).  
Une rando sera organisée le samedi au départ de la gare SNCF de Fontainebleau.  
Rando du dimanche selon la forme et le temps.

Inscription avec un chèque de **10€** à:

**Robert Billaudel, 52 bd de Clichy 75018 PARIS.**

Renseignements : **Myriam Grenier, 01 42 43 90 03.**



<http://idf.ffrandonnee.fr/795/html/Refuge-de-Recloses.aspx>

**DIMANCHE 30 JANVIER**

Contacts: 01 45 41 36 59 - [erguy.desquesnes@wanadoo.fr](mailto:erguy.desquesnes@wanadoo.fr)

## Boucle en forêt de Rambouillet

**Roland** vous propose une randonnée de **15 km** en forêt de Rambouillet.  
**R.-V. : 9h20** Gare de Montparnasse devant la voie de départ en direction de Chartres.  
**Départ du train: 9h33** (Train 62477)  
**Arrivée: 10h03** à Rambouillet.  
**Billet :** Prendre un aller-simple pour **Rambouillet**. (zone 6).  
**Retour:** de Rambouillet à Paris Montparnasse.



[http://fr.wikipedia.org/wiki/Forêt\\_de\\_Rambouillet](http://fr.wikipedia.org/wiki/Forêt_de_Rambouillet)

### Les quelques petits conseils pour bien profiter de la randonnée dans notre association :

**L'**indispensable dans votre sac à dos: Le casse-croute 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'**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**.

### Important:

**N**os 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<sup>ème</sup>, 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 €**

Contacts: 01 40 09 81 40 - [yvesbou@noos.fr](mailto:yvesbou@noos.fr)