



# 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: 01 48 76 28 14

Site internet: <http://randonneursetajustesduvingtieme.jimdo.com/> e-mail: [jean.woh@free.fr](mailto:jean.woh@free.fr)

**VENDREDI 6 FÉVRIER 2015 à 19h30**

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

## Réunion mensuelle

Vous avez eu votre anniversaire entre octobre et janvier ?  
Venez le souhaiter avec nous à la réunion en apportant **une bouteille ou un gâteau !**

réunion suivante: **vendredi 6 mars**



**DIMANCHE 8 FÉVRIER**

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

## La forêt de Fontainebleau de Montigny à Moret

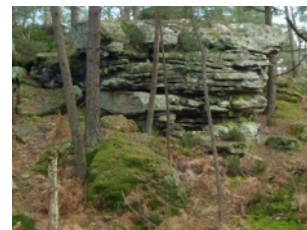
Jean vous propose une randonnée de **16 km** en forêt de Fontainebleau de **Montigny-sur-Loing** à **Moret-sur-Loing** en passant par le Rocher des Étroitures, le Restant du Long Rocher, le Haut Mont et la Malmontagne.

R.-V.: **9h05** gare de Lyon "surface" devant la voie de départ en direction de Montargis.

Départ du train: **9h19** (train "GOMU"). Arrivée: **10h14** à **Montigny-sur-Loing**.

Billet: pour **Montigny-sur-Loing** (*Mobilis zones 1 à 5: 16,10 € - gratuit avec un pass navigo*).

Retour: de Moret-sur-Loing à Paris gare de Lyon.



**SAMEDI 14 FÉVRIER**

Anne: 06 79 52 90 95 - [an.lagues@free.fr](mailto:an.lagues@free.fr)

## Restaurant tibétain

Anne vous propose de déjeuner au restaurant tibétain **Pema Thang**, 13 rue de la Montagne Sainte Geneviève 75005 PARIS. Métro Maubert-Mutualité.

- Menu : **19 €** (sans les boissons).

- Rendez-vous : **12 h** au restaurant.

**Réservation indispensable auprès d'Anne avant samedi 7 février.**



**DIMANCHE 15 FÉVRIER**

Roland: 01 45 41 36 59 - 06 26 68 69 39 - [erguy.desquesnes@orange.fr](mailto:erguy.desquesnes@orange.fr)

## Musée de la céramique et parc de Saint-Cloud

Roland vous propose de visiter le musée de la céramique à Sèvres (entrée **6 €**) suivi d'une balade de 6 à 8 km dans le parc de Saint-Cloud.

R.-V.: **10h00** Métro Pont de Sèvres.

Retour: Métro Pont de Sèvres.



## Randonneurs et Ajistes du XXème

**DIMANCHE 22 FÉVRIER**

Isabelle: 06 64 51 63 23 - [isabelle.fraigneux@gmail.com](mailto:isabelle.fraigneux@gmail.com)

### Les côteaux de la Montcient



Isabelle vous propose une randonnée de **18,5 km** sur le circuit des côteaux de la Montcient. Villages du Vexin sur la **Montcient**, moulins, allée couverte néolithique de la **Cave aux Fée...**

**R.-V. : 8h55** gare St-Lazare devant la voie de départ en direction de Mantes-la-Jolie.

**Départ du train: 9h12** (train "MOCA"). **Arrivée: 10h12** à Juziers.

**Billet:** pour **Juziers** (7,90 € zone 5 - *gratuit avec un pass navigo*).

**Retour:** de Meulan-Hardricourt ou Juziers à Paris St-Lazare vers 18h45.



### Nos projets pour les mois à venir :

**DIMANCHE 1<sup>er</sup> MARS**

Frédéric: 06 82 90 40 30 - [fbouchez@free.fr](mailto:fbouchez@free.fr)

### Le château de Fontainebleau

Frédéric vous propose une randonnée de **12 km** de Fontainebleau à Bourron-Marlotte. Le matin, visite du **château de Fontainebleau** (*gratuit le premier dimanche du mois*).

**R.-V.: 8h35** gare de Lyon "**surface**" devant la voie de départ en direction de Laroche-Migennes

**Départ du train: 8h49** (train n° 91053). **Arrivée: 9h27** à Fontainebleau-Avon.

**Billet:** pour Fontainebleau-Avon (*Mobilis zones 1 à 5: 16,10 € - gratuit avec un pass navigo*).

**Retour:** de Bourron-Marlotte à Paris gare de Lyon.



**SAMEDI 6 & DIMANCHE 7 JUIN**

Robert et Myriam: 06 24 13 24 05 - 01 42 43 90 03 - [rbillaudel@yahoo.fr](mailto:rbillaudel@yahoo.fr)

### Rassemblement "campeurs-randonneurs" à Combs

Organisateurs : UNRP avec le concours des Randonneurs et Ajistes du XXème.

### 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'**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 :

**N**os 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 XXème, 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 ne couvre que les membres inscrits.**

**Adhésion 2014-2015 (du 1<sup>er</sup> septembre au 31 août) Sophie: 01 40 22 64 96 - [sophie.tonnerieux@free.fr](mailto:sophie.tonnerieux@free.fr)**

**Adresse postale: envoyez vos courriers urgents à l'adresse ci-dessous:  
Jean WOH - 8 bis rue Racine - 94120 FONTENAY SOUS BOIS**

