

Association loi 1901 affiliée à la FFRandonnée

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: 01 48 76 28 14

site: <http://randonneursetajistesduvingtieme.jimdo.com/> e-mail: jean.woh@free.fr

VENDREDI 1^{er} FÉVRIER 2019 à 19h30

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

Réunion mensuelle

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

réunion suivante: vendredi 1^{er} mars



DIMANCHE 3 FÉVRIER

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

La forêt de l'Isle-Adam et la vallée du Sausseron

Isabelle vous propose une randonnée en boucle de **18 km** au départ de l'Isle-Adam en passant par **Nesles-la-Vallée**, les bords de l'**Oise** et du **Sausseron**, et la **forêt de l'Isle-Adam**.

Possibilité de réduire la rando à 12 km et rentrer par la gare de Valmondois.

R.-V.: 8h40 gare du Nord devant la voie de départ en direction de Persan-Beaumont.

Départ du train: 8h56. Arrivée: 9h45 à l'**Isle-Adam-Parmain**.

Billet: pour l'**Isle-Adam-Parmain** (7,10 € - gratuit avec un pass navigo).

Retour: de l'**Isle-Adam** à Paris vers 18h.



DIMANCHE 10 FÉVRIER

Jean: 01 48 76 28 14 - 07 68 77 17 40 - jean.woh@free.fr

L'Yvette et Gometz-le-Châtel

Jean vous propose une randonnée de **16 km** le long de l'**Yvette** entre Gif-sur-Yvette et Courcelle-sur-Yvette via **Gometz-le-Châtel**.

Possibilité de réduire la rando à 13 km et rentrer par la gare de Gif-sur-Yvette.

R.-V.: 9h10 Châtelet-les-Halles (RER-B) au milieu du quai en direction de Saint-Rémy-lès-Chevreuse.

Départ du RER: 9h23. Arrivée 10h05 à Gif-sur-Yvette.

Billet: pour Gif-sur-Yvette (5,20 € - gratuit avec un pass navigo).

Retour: de Courcelle-sur-Yvette à Paris (5,20 € - gratuit avec un pass navigo).



Randonneurs et Ajistes du XX^{ème}

VENDREDI 15 FÉVRIER

Myrna: 06 75 36 15 69 - myrna_art@msn.com

Restaurant

Myrna organise une soirée restaurant à **19h30** au restaurant **Pradier** du foyer du **Palais de Chaillot** (métro Trocadéro). Magnifique lieu avec vue sur la Tour Eiffel.

Cuisine française. Comptez environ **25€**.

Le nombre de places est limité à **10 personnes**.

Date limite d'inscription: **jeudi 31 janvier**,

auprès de Myrna: **06 75 36 15 69** - myrna_art@msn.com



DIMANCHE 17 FÉVRIER

Patricia: 06 67 23 92 94 - patsafx@gmail.com

La forêt de Meudon

Patricia vous propose une randonnée de **15 km** en **forêt de Meudon** avec ses nombreux étangs et ses reliefs. *Possibilité d'arrêt après 10 km et reprendre le train à Meudon.*

R.-V.: 9h50 gare Montparnasse devant la voie de départ en direction de Rambouillet.

Départ du train: 10h05. Arrivée: 10h26 à Viroflay-Rive-Gauche.

Billet: pour **Viroflay-Rive-Gauche** (3,65 € - *gratuit avec un pass navigo*).

Retour: de **Chaville-Rive-Gauche** à Paris-Montparnasse (3,65 € - *gratuit avec un pass navigo*).

***** Merci de prévenir Patricia de votre venue *****



DIMANCHE 24 FÉVRIER

Gérard: 01 43 53 35 95 - 06 65 59 47 29 - autant.matteoli@club-internet.fr

D'Étréchy à Saint-Chéron

Gérard vous propose une randonnée de **18 km** dans l'Essonne **d'Étréchy à Saint-Chéron** en passant par Saudreville, Villeconin et Souzy-la-Briche.

R.-V.: 9h45 gare d'Austerlitz (RER-C) au milieu du quai en direction de St-Martin d'Étampes.

Départ du train: 10h02. Arrivée: 10h52 à Étréchy.

Billet: pour **Étréchy** (8,00 € - *gratuit avec un pass navigo*).

Retour: de **Saint-Chéron** à Paris (7,60 € - *gratuit avec un pass navigo*).



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 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: 2018-2019 (du 1^{er} septembre au 31 août) Jean: 01 48 76 28 14 - jean.woh@free.fr

Adresse postale: envoyez vos courriers à l'adresse ci-dessous:

Jean WOH - 8 bis rue Racine - 94120 FONTENAY SOUS BOIS