



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: <http://randonneursetajustesduvingtieme.jimdofree.com> e-mail: jean.woh@free.fr

DIMANCHE 7 FÉVRIER

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

Autour de Montfort l'Amaury

Isabelle vous propose une randonnée en boucle de 17 km autour de Montfort l'Amaury au départ de la gare de Montfort-l'Amaury-Méré.

R.-V.: 8h40 gare Montparnasse devant la voie de départ en direction de Dreux.

Départ de train: 8h58. Arrivée: 9h36 à Montfort-l'Amaury-Méré.

Billet: pour Montfort-l'Amaury-Méré (8,00 € - *gratuit avec un pass navigo*).

Retour: de Montfort-l'Amaury-Méré à Paris vers 17h00 (8,00 € - *gratuit avec un pass navigo*).

***** Inscription obligatoire: 6 personnes maximum *****



DIMANCHE 14 FÉVRIER

Jean: 07 68 77 17 40 - jean.woh@free.fr

La forêt de Ferrières

Jean vous propose une randonnée en boucle de 17 km en forêt de Ferrières au départ de Ozoir-la-Ferrière en passant par Pontcarré.

R.-V.: 9h05 gare de l'Est devant la voie de départ en direction de Tournan.

Départ de train: 9h18. Arrivée: 9h58 à Ozoir-la-Ferrière.

Billet: pour Ozoir-la-Ferrière (6,15 € - *gratuit avec un pass navigo*).

Retour: de Ozoir-la-Ferrière à Paris vers 17h (6,15 € - *gratuit avec un pass navigo*).

***** Inscription obligatoire: 6 personnes maximum *****



Randonneurs et Ajistes du XX^{ème}

DIMANCHE 21 FÉVRIER

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

La forêt de La Grange et la vallée de l'Yerres

Patricia vous propose une randonnée de **15 km** de **Villeneuve-Saint-Georges** à **Montgeron** via le plateau avec ses jardins partagés, la forêt de La Grange, le Réveillon, le parc de Caillebotte et la vallée de l'Yerres.

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

Départ de train: 9h39. **Arrivée:** 9h56 à **Villeneuve-Saint-Georges**.

Billet: pour **Villeneuve-Saint-Georges** (4,45 € - *gratuit avec un pass navigo*).

Retour: de **Montgeron-Crosne** à Paris gare de Lyon - RER-D (4,45 € - *gratuit avec un pass navigo*).

***** Inscription obligatoire: 6 personnes maximum *****



DIMANCHE 28 FÉVRIER

Myriam: 06 32 92 86 78 - myriamgrenier007@gmail.com

La forêt de Meudon

Myriam vous propose une randonnée en boucle de **12 km** en **forêt de Meudon** au départ de **Viroflay-Rive-Gauche** en passant par les **trois étangs de Meudon**.

R.-V.: 9h35 **gare de Montparnasse** devant la voie de départ en direction de Mantes-la-Jolie.

Départ de train: 9h50. **Arrivée:** 10h11 à **Viroflay-Rive-Gauche**.

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

Retour: de **Viroflay-Rive-Gauche** à Paris vers 15h (3,65 € - *gratuit avec un pass navigo*).

***** Inscription obligatoire: 6 personnes maximum *****



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

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: 2020-2021 (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***