



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

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

VENDREDI 3 DÉCEMBRE 2021 à 19h30

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

Réunion mensuelle

(pass sanitaire et port du masque)

DIMANCHE 5 DÉCEMBRE

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

La forêt de Carnelle

Isabelle vous propose une randonnée en boucle de **18 km** en **forêt de Carnelle** au départ de Viarmes.

R.-V.: 8h50 gare du Nord devant la voie de départ en direction de Lurarches.

Départ de train: 9h04. Arrivée: 9h46 à Viarmes.

Billet: pour Viarmes (6,15€ - gratuit avec un pass navigo).

Retour: de Viarmes à Paris gare du Nord vers 17h00 (6,15€ - gratuit avec un pass navigo)

***** Inscription auprès d'Isabelle *****



DIMANCHE 12 DÉCEMBRE

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

Bords de Marne et parc de la Haute-Île

Jean vous propose une randonnée de **16 km** au départ de Noisy-le-Grand en parcourant le **parc de la Haute-Île** puis les **bords de Marne** jusqu'à Nogent-sur-Marne.

R.-V.: 9h00 Nation (RER-A) au milieu du quai en direction de Marne la Vallée Chessy.

Départ de RER-A: 9h14. Arrivée: 9h29 à Noisy-le-Grand Mont-d'Est.

Billet: pour Noisy-le-Grand Mont-d'Est (3,65€ - gratuit avec un pass navigo).

Retour: de Nogent-sur-Marne à Paris (RER-A) (2,80€ - gratuit avec un pass navigo)

***** Inscription auprès de Jean *****



Randonneurs et Ajistes du XX^{ème}

DIMANCHE 19 DÉCEMBRE

Patrick: 06 32 12 03 03 - patrick.venne@wanadoo.fr

La vallée de l'Orge

Patrick vous propose une randonnée d'environ **15 km** dans la **vallée de l'Orge** entre **Sainte-Geneviève des Bois** et **Arpajon**.

R.-V.: 9h00 gare d'Austerlitz (RER-C en sous-sol) au milieu du quai en direction de Saint-Martin d'Étampes.

Départ du RER-C: 9h16. **Arrivée:** 9h43 à **Sainte-Geneviève des Bois**.

Billet: pour **Sainte-Geneviève des Bois** (5,20 € - *gratuit avec un pass navigo*).

Retour: de **Arpajon** (RER-C) à Paris (7,10 € - *gratuit avec un pass navigo*).



***** Inscription auprès de Patrick *****

DIMANCHE 26 DÉCEMBRE

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

La vallée du Morbras et la forêt de Gros Bois

Patricia vous propose une randonnée d'environ **14 km** de **Sucy-en-Brie** à **Boissy-Saint-Léger** en passant par le **parc du Morbras** et la **forêt de Gros Bois**.

R.-V.: 9h15 Nation (RER-A) au milieu du quai en direction de Boissy-Saint-Léger.

Départ du RER-A: 9h29. **Arrivée:** 9h51 à **Sucy-Bonneuil**.

Billet: pour **Sucy-Bonneuil** (4,45€ - *gratuit avec un pass navigo*)

Retour: de **Boissy-Saint-Léger** à Paris (RER-A) - (4,45€ - *gratuit avec un pass navigo*).



***** Inscription auprès de Patricia *****

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: 2021-2022 (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**