

# RANDONNEURS ET AJUSTES DU XX<sup>EME</sup>



Auberge de Jeunesse d'Artagnan  
80 rue Vitruve - 75020 Paris

Métro: Porte de Bagnole (ligne 3)

☎ Myriam: 01 42 43 90 03 - Jean: 07 68 77 17 40

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

**VENDREDI 6 OCTOBRE 2023 à 19h30**

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

## Réunion mensuelle

réunion suivante: **vendredi 3 novembre**

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

Patricia: 06 67 23 92 94 - [patsafx@gmail.com](mailto:patsafx@gmail.com)

### Le chemin des noix

Patricia vous propose une randonnée de **16 km** au départ de **Montereau** jusqu'à **Champagne-sur-Seine**. **Glanage de noix** en suivant le sentier surplombant les **méandres de la Seine**.

Retour possible après 8 km (La Grande Paroisse) ou 12 km (Vernou sur Seine). Lors des pauses, vous pourrez partager un texte avec nous si vous le souhaitez.

R.-V. : **8h30 gare de Lyon** devant la voie de départ en direction de Sens

Départ du TER: **8h46**. Arrivée: **9h44** à **Montereau**.

Billet: pour **Montereau** (5,00 € - *gratuit avec un pass navigo*)

Retour: de **Champagne-sur-Seine** à Paris gare de Lyon (5,00 € - *gratuit avec un pass navigo*)

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



**DIMANCHE 8 OCTOBRE**

François: 06 89 01 94 32 - [frarollet@gmail.com](mailto:frarollet@gmail.com)

### La vallée de la Mérentaise

François vous propose une randonnée en boucle de **21 km** en remontant la **vallée de la Mérentaise** jusqu'à **Châteaufort**.

R.-V.: **8h50 Cité Universitaire (RER-B)** au milieu du quai en direction de St-Rémy-lès-Chevreuse

Départ du RER-B: **9h03**. Arrivée: **9h42** à **Saint-Rémy-lès-Chevreuse**.

Billet: pour **St-Rémy-lès-Chevreuse** (5,00 € - *gratuit avec un pass navigo*).

Retour: de **St-Rémy-lès-Chevreuse** à Paris. RER-B tous les ¼h (5,00 € - *gratuit avec un pass navigo*).

**\*\*\* Inscription auprès de François \*\*\***



**du 13 au 15 OCTOBRE**

Jacqueline: 06 42 46 46 22 - [j.bichaoui@gmail.com](mailto:j.bichaoui@gmail.com)

### Strasbourg

Jacqueline organise un séjour à **Strasbourg**.  
Visite de la ville et randonnées dans la campagne.

**COMPLET**



# Randonneurs et Ajistes du XX<sup>ème</sup>

**DIMANCHE 15 OCTOBRE**

Jean: 07 68 77 17 40 - [jean.woh@free.fr](mailto:jean.woh@free.fr)

## La forêt de Meudon

Jean vous propose une randonnée en boucle de 15 km en forêt domaniale de Meudon au départ de la gare de **Chaville-Rive-Gauche**.

**R.-V.:** 9h05 gare Montparnasse devant la voie de départ en direction de Rambouillet.

**Départ du train:** 9h20. **Arrivée** 9h39 à **Chaville-Rive-Gauche**.

**Billet:** pour **Chaville-Rive-Gauche** (4,05€ - gratuit avec un pass navigo)

**Retour:** de **Chaville-Rive-Gauche** à Paris Montparnasse (4,05€ - gratuit avec un pass navigo)

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



**DIMANCHE 22 OCTOBRE**

Jean-Pierre: 06 44 03 79 19 - [marfaing.jeanpierre@bbox.fr](mailto:marfaing.jeanpierre@bbox.fr)

## La forêt de Crécy

Jean-Pierre vous propose une randonnée de 17 km de Marles-en-Brie jusqu'à Morcerf en traversant la forêt domaniale de Crécy.

**R.-V.:** 9h00 gare de l'Est devant la voie de départ en direction de Coulommiers

**Départ du train:** 9h17. **Arrivée:** 9h51 à **Marles-en-Brie**

**Billet:** pour **Marles-en-Brie** (5,00€ - gratuit avec un pass navigo)

**Retour:** de **Morcerf** à Paris gare de l'Est (5,00€ - gratuit avec un pass navigo)

**\*\*\* Inscription auprès de Jean-Pierre \*\*\***



**DIMANCHE 29 OCTOBRE**

François: 06 89 01 94 32 - [frarollet@gmail.com](mailto:frarollet@gmail.com)

## La vallée du Grand Morin

François vous propose une randonnée de 17 km dans la vallée du Grand Morin autour de Crécy-la-Chapelle.

**R.-V.:** 9h15 gare de l'Est devant la voie de départ en direction de Meaux

**Départ du train:** 9h31. **Arrivée:** 10h22 à **Crécy-la-Chapelle**.

**Billet:** pour **Crécy-la-Chapelle** (5,00 € - gratuit avec un pass navigo).

**Retour:** de **Crécy-la-Chapelle** à Paris gare de l'Est (5,00 € - gratuit avec un pass navigo).

**\*\*\* Inscription auprès de François \*\*\***



**ATTENTION PASSAGE À L'HEURE D'HIVER: dimanche à 3h00 il sera 2h00**

## **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 devez 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**

**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 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 l'adhésion incluant l'assurance est indispensable pour participer aux activités**

**Adhésion - Ré-adhésion: 2023-2024 (du 1<sup>er</sup> septembre au 31 août) Jean: 07 68 77 17 40 - [jean.woh@free.fr](mailto:jean.woh@free.fr)**

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