



RANDONNEURS ET AMIS DES 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

jean.woh@free.fr

VENDREDI 1^{er} JUILLET à 19h30

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

Réunion mensuelle

Ce sera l'occasion de compléter le programme d'août et surtout de réaliser le programme de septembre
Avant les départs en vacance la réunion sera suivie d'un pot offert par l'association.

Réunion suivante: vendredi 2 septembre 2011



SAMEDI 2 et DIMANCHE 3 JUILLET

Jacques et Patricia: 01 43 28 15 11 - patsafx@gmail.com

Week-end à Cordon



Jacques et Patricia organisent le week-end traditionnel au **gîte de Cordon**.
Au programme: barbecue, chant et musique, sans oublier les randonnées.
Apportez vos partitions, instruments de musique et surtout votre bonne humeur.
On pourra aussi camper (apportez votre tente).
Prévoir le pique-nique de dimanche midi.
Inscription avec 15 € d'arrhes auprès de Jacques ou Patricia.

COMPLET



DIMANCHE 10 JUILLET

Jean: 01 48 76 28 14 - jean.woh@free.fr

Le Hurepoix et la vallée de la Juine

Jean vous propose une randonnée de **16 km** de **Marolles en Hurepoix** à **Chamarande**, avec visite du Domaine départemental de Chamarande.

R.-V. : 9h55 St Michel Notre Dame (RER C) au milieu du quai en direction de St Martin d'Etampes.

Départ du train: 10h09 (RER C "ELBA"). **Arrivée: 10h51** à Marolles en Hurepoix.

Billet: prendre un aller simple pour **Marolles en Hurepoix** (zone 5).

Retour: de Chamarande à Paris (RER C - zone 6).



du SAMEDI 16 au SAMEDI 23 JUILLET

Myriam: 01 42 43 90 03 - mgrenier@club-internet.fr

Séjour mer et randonnée en Bretagne

Myriam propose un séjour d'une semaine dans sa maison à **Trébeurden** sur la côte de granit rose; hébergement en dur ou sous tente.

Places limitées, renseignements auprès de Myriam.



DIMANCHE 31 JUILLET

Myrna: 01 83 56 15 15 - 06 75 36 15 69 - myrna_art@msn.com



Rando et croisière sur le canal de l' Ourcq

Myrna vous propose une petite rando de quelques km et une croisière le long du canal de l'Ourcq, ainsi qu'une promenade historique sur la "demi-flûte d'Ourcq".

R.-V. : 10h20 devant la rotonde de la Villette.

Départ de la navette: 10h45, arrivée à Aulnay à 12h00. Tarif: 2 €.

Balade le long du canal (4 km) et pique-nique près de l'écluse de Sevrans.

Départ de la demi-flûte d'Ourcq: 14h25 à l'écluse de Sevrans, arrivée au Vert-Galant à 15h10. Tarif: 2 €.

Balade dans le Parc forestier de la Poudrerie à Sevrans.

Retour: rando le long du canal jusqu'à une gare de RER ou de métro; ou retour par la navette à partir d'Aulnay (17h20 ou 18h00) ou de Noisy-le-Sec (17h45 ou 18h25).



Nos projets pour les mois à venir :

du SAMEDI 13 au SAMEDI 20 AOUT

Patricia: 01 43 28 15 11 - patsafx@gmail.com



Les Cévennes

Patricia organise une randonnée semi-itinérante en camping dans les Cévennes avec "voiture suiveuse" (Jacques et Bernard) pour délester un peu les sacs à dos.

Programme prévisionnel: gorges de la Dourbie, gorges de la Jonte, Meyrueis, Mont Aigoual, Barre des Cévennes, Saint Germain de Calberte, Saint Jean du Gard.



du SAMEDI 13 au DIMANCHE 21 AOUT

Jacqueline: 02 51 07 85 29 - j.bichaoui@free.fr



Séjour en Vendée

Jacqueline vous propose un séjour dans sa maison de province (7 places disponibles) située au cœur d'un petit village Vendéen.

Possibilité de co-voiturage (3 places) avec Maurice:
06 29 62 61 92 - maurice.fessart@gmail.com



du LUNDI 5 au SAMEDI 10 ou 17 SEPTEMBRE

Jacqueline: 02 51 07 85 29 - j.bichaoui@free.fr



Les bords de Loire

Jacqueline organise une randonnée itinérante d'une ou deux semaines, sur les bords de la Loire depuis sa source. Étapes d'environ 20 km par jour.

Départ le lundi 5 septembre du Mont Gerbier de Jonc.

Fin de la 1^{ère} semaine le samedi 10 septembre.

Possibilité de continuer une 2^{ème} semaine jusqu'au 17 septembre.



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'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 la [FFRandonnée](http://FFRandonnée.fr).

Important:

Nos randonnées sont ouvertes à tous nouveaux, 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 du XX^{ème}, on ne marche pas au pas, la découverte de la nature, les rencontres sont aussi au programme !

Nous vous informons que la licence FFRandonnée incluant l'assurance ne couvre que les membres inscrits.

Adhésion: la cotisation annuelle est de 27 €

Yves: 01 40 09 81 40 - yvesbou@noos.fr