

Rando de novembre & Informations

Samedi 1er novembre : Mantes - Bonnières

J.P. vous propose une grande classique, une rando mythique : **30 km** entre Mantes-La-Jolie à Bonnières par les coteaux rive droite de la Seine. (Assez nombreux dénivelés).

Contact pour informations : JP 01 48 70 86 42 - 06 01 84 57 57.

Rendez-vous : Gare St Lazare à **7 h 30** devant la voie de départ du tain pour Mantes. (train à 7 h 41).

Prendre un aller simple pour **Mantes La Jolie**.

Samedi 8 novembre : Resto tibétain

Annette connaît un petit restaurant tibétain délicieux et abordable (**15 €** environ). Si la curiosité vous tenaille, elle vous propose de s'y retrouver le samedi 8 nov.

Renseignements et réservation : 06 83 36 47 72.

Traditionnel pot au feu à Recloses

La date : **Samedi 15 et dimanche 16 novembre**.

Le Lieu : Refuge du bolet de Satan à Recloses.

Le prix prévisionnel entre **25 et 30 euros** en demi pension.

Possibilité de rejoindre en vélo ou en voiture.

Une rando sera organisée le samedi au départ de la gare SNCF de Fontainebleau.

Rando du dimanche selon la forme et le temps.

Inscription avec un chèque de 10€.

Renseignements & inscriptions : Myriam Grenier & Robert Billaudel 01 42 43 90 03 & 06 24 13 24 05 ou rbillaudel@yahoo.fr.

Quelques petits conseils pour bien profiter de la randonnée dans notre association :

1- N'oubliez pas votre casse-croûte du midi, ainsi que des vêtements chauds et surtout de bonnes chaussures de marche déjà rodées...

Un imperméable ou une cape de pluie doit également toujours figurer au fond du sac à dos. Enfin, si vous possédez une paire de jumelles, n'hésitez pas à les emmener et à en faire profiter le groupe.

2- Vous pouvez prévenir de votre participation, c'est plus sympa pour l'organisateur.

3- Nos randonnées sont ouverte 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 du 20^{ème}, on ne marche pas au pas, la découverte de la nature, les rencontres sont aussi au programme !

4- Nous vous informons que la licence de la FFRP incluant l'assurance ne couvre que les membres inscrits.

RANDONNEURS ET AJUSTES DU XX^{ème}

ASSOCIATION LOI 1901 AFFILIÉE À LA FFRP

Contact téléphonique : Christophe 01 44 93 71 06

Jak et Patricia 01 43 28 15 11

Bébert et Myriam 01 42 43 90 03

Mèl : fbouchez@free.fr.



**COTISATION
ANNUELLE :
26 €**

PROGRAMME D'OCTOBRE 2008

**Auberge de Jeunesse d'Artagnan
80 rue Vitruve - 75020 Paris
Métro : Porte de Bagnolet (ligne 3)**

Vendredi 3 octobre - Réunion mensuelle

Réunion mensuelle à 19 h 30 au siège de l'association au 80 rue Vitruve - 75020 PARIS.

Vous avez eu votre anniversaire en juin, juillet, août ou ces jours derniers ?

Venez le fêter avec nous à la prochaine réunion en apportant une bouteille ou un gâteau.

Réunion suivante : Vendredi 7 novembre.

Dimanche 5 octobre : Allons ramasser des châtaignes en forêt de Montmorency

Allons ramasser des châtaignes en forêt de Montmorency ... Myriam vous propose une randonnée de Taverny à Bouffémont en passant par le château de la chasse.

Environ 16 km.

Contact pour informations : Robert Billaudel 01 42 43 90 03 & 06 24 13 24 05 & rbillaudel@yahoo.fr.

Rendez-vous : gare du nord à **9 h 30** devant la voie de départ du train en direction de Valmondois. Train à 9 h 44.

Arrivée 10 h 17.

Billet : Prendre un aller simple pour Taverny.
Prix du billet aller : 3,60 € (zone 4).

Dimanche 12 octobre : Rando le long de la Marne avec initiation Tai chi

Roland vous propose une rando le long de la Marne avec une initiation Tai-Chi dans un jardin de sculptures.

Prévoir en plus des chaussures de marche, des chaussures légères pour les mouvements ainsi qu'une cape de pluie pour les exercices au sol.

Environ 15 km.

Contact pour informations : Roland Erguy 01 45 41 36 59 & 06 26 68 69 39.

Rendez-vous : gare de l'est à **9 h 15** devant la voie de départ du train en direction de Meaux. Train à 9 h 30.

Arrivée 9 h 54.

Billet : Prendre un aller simple pour Lagny-Thorigny.
Prix du billet aller : 4,95 € (zone 5).

Week-end du 18 & 19 octobre dans l'Yonne à Appoigny

Robert et Myriam proposent un week-end dans l'Yonne à Appoigny dans une grande maison au bord de l'Yonne pouvant accueillir 10 personnes.

Prix de l'hébergement : 10 €

Possibilité de venir en train, mais l'idéal serait de partir en voiture le samedi matin, (ou peut être dès le vendredi soir).

Que les conducteurs intéressés se manifestent rapidement !

Contact pour informations : Robert Billaudel 01 42 43 90 03 & 06 24 13 24 05 & rbillaudel@yahoo.fr.

Dimanche 26 octobre - Rando surprise par Christophe

Comme à son habitude, Christophe nous prépare une rando à sa sauce, et vu le temps qu'il met pour la peaufiner, ça va être quelque chose !!!

Et comme d'habitude, nous ne serons pas déçu par le résultat ! (une vingtaine de km).

Contact pour informations : Christophe 01 44 93 71 06 & 06 85 25 66 04 & ChChateau@wanadoo.fr.

Rando de novembre & restaurant & week-end & Informations page suivante