



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

VENDREDI 4 OCTOBRE à 19h30

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

Réunion mensuelle

*Vous avez eu votre anniversaire entre juin et septembre ?
Venez le souhaiter avec nous à la réunion en apportant une bouteille ou un gâteau !
réunion suivante: **vendredi 25 octobre** (avant les week-ends du 1^{er} et 11 novembre)*



DIMANCHE 6 OCTOBRE

Patricia: 01 43 28 15 11 ou 06 67 23 92 94 - patsafx@gmail.com

De Champagne-sur-Seine à Montereau

Patricia vous propose une randonnée de **19 km de Champagne-sur-Seine à Montereau**. Nous suivrons le sentier de Champagne par les hauteurs surplombant les méandres de la Seine. Visite possible de Montereau. Possibilité de retour à **12 km**.

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

Départ du train: **9h19** (train 51817), changement à Melun à **9h50** (train 51427) en direction de Montereau. Arrivée: **10h15** à Champagne-sur-Seine.

Billet: pour **Champagne-sur-Seine** (*mobilis: 15,65 € zones 1 à 5, gratuit avec un pass navigo*).

Retour: de Montereau à Paris gare de Lyon.



DIMANCHE 13 OCTOBRE

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

Autour de la Ferté-Alais

Jean vous propose une randonnée en boucle de **17 km** autour de **La Ferté-Alais**.

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

Départ du train: **9h41** (RER D "BIPE"). Arrivée: **10h37** à La Ferté-Alais.

Billet: pour La Ferté-Alais (*7,70€ l'aller, zones 1 à 5 - gratuit avec un pass navigo*).

Retour: de La Ferté-Alais à Paris gare de Lyon.



du DIMANCHE 13 au DIMANCHE 20 OCTOBRE

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

Les bords de Loire d'Aurec à Digoin

Jacqueline organise une randonnée itinérante d'une semaine sur les bords de Loire. Entre **Aurec-sur-Loire** et **Digoin**.

Coût prévisionnel: environ **200€** en demi-pension.



DIMANCHE 20 OCTOBRE

Isabelle: 06 64 51 63 23 - isabelle.fraigneux@wanadoo.fr

De Crécy-la-Chapelle à Esbly

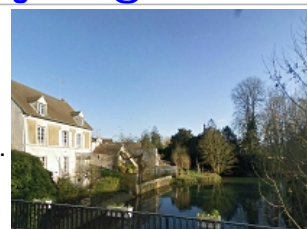
Isabelle vous propose une randonnée de **18 km** entre **Crécy-la-Chapelle** et **Esbly**.

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

Départ du train: **9h31** (train "MIC"), changement à Esbly: **10h10**. Arrivée: **10h22** à Crécy-la-Chapelle.

Billet: pour Crécy-la-Chapelle (*7,70€ l'aller, zones 1 à 5 - gratuit avec un pass navigo*).

Retour: d' Esbly à Paris vers 18h00 (*7,30€ le retour, zones 1 à 5 - gratuit avec un pass navigo*).



DIMANCHE 27 OCTOBRE

Gérard: 01 43 53 35 95 - autant.matteoli@club-internet.com

Autour de Fontainebleau

Gérard vous propose une randonnée en boucle de **19 km** environ autour de **Fontainebleau** en passant par **Samois**.

R.-V. : 8h35 gare de Lyon grandes lignes en tête de train en direction de Laroche-Migennes

Départ du train: 8h49 (train 91053). **Arrivée: 9h27** à Fontainebleau.

Billet: pour **Fontainebleau-Avon** (*mobilis: 15,65 €, zones 1 à 5 - gratuit avec un pass navigo*).

Retour: de Fontainebleau-Avon à Paris gare de Lyon (train toutes les 1/2 h).



Nos projets pour les mois à venir :

DIMANCHE 3 NOVEMBRE

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

Les forêts de l'ouest-parisien

Jean vous propose de ramasser des **châtaignes** en forêt de **Fausses-Reposes** et de **la Malmaison**.

du SAMEDI 9 au LUNDI 11 NOVEMBRE

Isabelle: 06 64 51 63 23 - isabelle.fraigneux@wanadoo.fr

Week-end à Vézelay

Isabelle organise un week-end de **3 jours** au gîte de **Foissy-lès-Vézelay** aux portes du **Morvan**: randonnées et découverte.

Nb de places limité à **10**. Prix prévisionnel: **70 à 80 €** (transport en plus). Trajet en voiture: 2h45 de Paris.

Contactez Isabelle rapidement si vous êtes intéressés.

DIMANCHE 17 NOVEMBRE

Jackie: 01 43 49 46 77 - jackie.barbas@wanadoo.fr

Les fontaines dans Paris

Jackie vous propose une **balade dans Paris** avec pour thème: **les fontaines d'hier et d'aujourd'hui**.

SAMEDI 23 et DIMANCHE 24 NOVEMBRE

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

Frédéric: 06 82 90 40 30 - fbouchez@free.fr

Rando de nuit et pot-au-feu à Recloses

Robert et Myriam organisent un week-end à **Recloses** avec marche de nuit le samedi accompagnée par **Frédéric** et **Christophe**.

courant NOVEMBRE

Annette et Yvon: 06 83 36 47 72 - amletyn@gmail.com

Soirée restaurant

Annette et Yvon organisent une soirée restaurant dont la date, le lieu et le prix seront fixés ultérieurement.

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

Adhésion 2013-2014: la cotisation est de 28 €

Sophie: 01 40 22 64 96 - sophie.tonnerieux@free.fr

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

