



# 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

<http://randonneursetajustesduvingtieme.jimdo.com/>

[jean.woh@free.fr](mailto:jean.woh@free.fr)

**VENDREDI 2 OCTOBRE 2015 à 19h30** au siège de l'association: 80 rue Vitruve 75020 PARIS

## Réunion mensuelle

Vous avez eu votre anniversaire en **juin, juillet, août ou septembre** ?  
Venez le souhaiter avec nous à la réunion en apportant **une bouteille ou un gâteau** !

réunion suivante: **vendredi 6 novembre**



**du 26 SEPTEMBRE au 2 OCTOBRE**

Jacqueline: 02 51 07 85 29 - [j.bichaoui@free.fr](mailto:j.bichaoui@free.fr)

## Belle-Île-en-Mer

Jacqueline organise une randonnée de 6 jours à **Belle-Île-en-Mer**.  
Portage des sacs à dos sur 2 jours au maximum: à la fois des randos en étoile et en itinérant.  
Hébergement en demi-pension ou en nuitée seule mais avec ravitaillement dans les petits villages à l'arrivée.  
Groupe limité à **10 personnes**.

**COMPLET**



**DIMANCHE 4 OCTOBRE**

Antoinette: 06 52 88 50 69 - [antoinette.bezault@free.fr](mailto:antoinette.bezault@free.fr)

## Les hameaux de Jouarre

Antoinette vous propose une randonnée de **21 km** à partir de **La Ferté-sous-Jouarre** sur les coteaux du **Petit-Morin** en passant par Courcelles, Romény, Saint-Cyr-sur-Morin, Vanry et retour à La Ferté-sous-Jouarre.

R.-V.: 8h35 gare de l'Est devant la voie de départ en direction de Château-Thierry.

Départ du train: 8h51 (train "ZIMO"). Arrivée: 9h33 à La Ferté-sous-Jouarre.

Billet: pour La Ferté-sous-Jouarre (Mobilis zone 5: 16,60 € - gratuit avec un pass navigo).

Retour: de La Ferté-sous-Jouarre (16h27 ou 17h27) à Paris gare de l'Est.



**DIMANCHE 11 OCTOBRE**

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

## Les chemin des noix

Patricia vous propose une randonnée de **12 km** à partir de **Montereau** en suivant le sentier surplombant les méandres de la Seine jusqu'à Vernou.

Possibilité de retour en chemin à **8 km** (la Grande Paroisse).

R.-V.: 9h25 gare de Lyon RER D au milieu du quai en direction de Montereau.

Départ du train: 9h42 (train "KYMO"). Arrivée: 10h04 à Montereau.

Billet: pour Montereau (Mobilis zone 5: 16,60 € - gratuit avec un pass navigo).

Retour: de La Grande Paroisse ou Vernou-sur-Seine à Paris gare de Lyon (RER D).



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

**SAMEDI 17 & DIMANCHE 18 OCTOBRE** Robert: 06 24 13 24 05 - Myriam: [mgrenier@club-internet.fr](mailto:mgrenier@club-internet.fr)

## Rassemblement "campeurs-randonneurs" à Combs

Ce sera l'occasion d'essayer votre **matériel de camping** et de plein air. Vous pourrez aussi changer, vendre, prêter ou donner le matériel dont vous n'avez plus l'usage. Tout cela de manière informelle et entre nous car il ne s'agit pas d'une brocante ou d'une manifestation commerciale.



Chaque participant s'autogèrera pour la nourriture. Nous fournirons le bois pour les grillades et l'eau potable. L'apéritif et le café seront à votre disposition moyennant un petit versement dans la cagnotte.

L'animation culturelle se fera spontanément apportez vos carnets de chants et vos instruments de musique. Nous demanderons une petite participation aux frais pour le terrain et un coup de main à chacun(e) pour les tâches pratiques.



**Samedi 17:** accueil au camping dès 13h. Activités: Tai-chi avec Roland et Yoga (prévoir un tapis de sol) avec Marie-Jo. Repas en commun (chacun apporte ses victuailles et on partage), veillée. Hébergement: camping ou cabanes.

**Dimanche 18:** Gare de Lyon RER ZACO: 9h35, Combs: 10h08, une randonnée sera organisée le dimanche au départ de la gare de Combs vers le terrain. Un retour groupé est prévu le soir pour les randonneurs. Activités: Yoga avec Marie-Jo.

**Organisateurs: UNRP avec le concours des Randonneurs et Ajistes du XX<sup>ème</sup>.**

Blog: <http://juin2015.canalblog.com/>

**DIMANCHE 25 OCTOBRE**

Jean: 01 48 76 28 14 - [jean.woh@free.fr](mailto:jean.woh@free.fr)

## Les châtaignes en forêt de Montmorency

### PASSAGE A L'HEURE D'HIVER

Jean vous propose une randonnée de **15 km** en forêt de Montmorency, de **Bouffémont à Taverny** en passant par le château de la Chasse.

**R.-V. : 9h20** gare du Nord devant la voie de départ en direction de Persan Beaumont.

**Départ du train: 9h34** (train "POMA"). **Arrivée: 10h01** à **Bouffémont-Moisselles**.

**Billet:** pour **Bouffémont-Moisselles** (5,05€ - *gratuit avec un pass navigo*).

**Retour:** de Taverny à Paris gare du Nord (4,35€ - *gratuit avec un pass navigo*).



## 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'**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: 2015-2016 (du 1<sup>er</sup> septembre au 31 août)** Jean: 01 48 76 28 14 - [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**

