

## Activités à la journée du 25 mai au 31 juillet 2017

**Ces activités sont accessibles aux adhérents à jour de cotisation et aux sorties d'essai.**

### LES POINTS DE RENDEZ-VOUS

Dans les gares:

AUSTERLITZ : Hall banlieue sous-sol, devant les distributeurs de billets

EST: En surface en face de la voie 24.

LYON : Hall 1 grandes lignes, à côté du « Relay », face à la voie M

MONTPARNASSE : Devant les guichets banlieue.

NORD et MAGENTA : En surface devant les guichets banlieue.

SAINT-LAZARE : Hall d'échange devant les guichets de la billetterie Île de France.

### MARCHE NORDIQUE

**Lorsqu'une sortie de Marche Nordique vous intéresse, merci de toujours vous inscrire sur :**  
**[touringclub@laposte.net](mailto:touringclub@laposte.net) – Objet : Marche Nordique**

Pensez à votre certificat médical.

*Samedi 27 mai*

#### **Marche Nordique en Forêt de Fausses Reposes**

**Betty De WANCKER 2 h**

RV à 8h35 gare St Lazare Train à 8h50 pour Chaville Rive Droite (9h19) Retour train à 11h40 pour St Lazare (12h11) Quelques dénivelées. Z3.

*Samedi 17 juin*

#### **Marche Nordique au Parc du Val de Marne**

**Betty De WANCKER 2 h**

RV à 8h50 gare de Lyon. RER D à 9h01 pour Créteil Pompadour (9h12) Retour à 11h31 pour gare de Lyon (11h43). Z3.

*Samedi 1er juillet*

#### **Initiation à la Marche Nordique dans un parc d'Ile de France**

**Betty DE WANCKER 2 h**

Le lieu du RDV à 9h00 précises sera donné par e-mail aux seuls inscrits. Inscriptions le lundi 26 juin - sur la boîte [touringclub@laposte.net](mailto:touringclub@laposte.net) - Objet : Marche Nordique inscription – Fin de la séance vers 11h30. Z2.

*Samedi 8 juillet*

#### **Marche Nordique en Forêt de St Germain (traversée)**

**Betty De WANCKER 2h30**

RV à 8h20 à Châtelet-les-Halles (milieu du quai) RER A5 à 8h32 pour St Germain en Layer (9h01). Retour Achères Grand Cormier RER à 12h32 pour Châtelet-les-Halles (12h58). Z5.

*Samedi 22 juillet*

**Marche Nordique en Forêt de Meudon**

**Betty DE WANCKER 2 h**

RV à 8h40 gare Montparnasse Train à 8h56 pour Chaville Rive Gauche (9h22). Retour train à 12h07 pour Paris Montparnasse (12h26). Quelques dénivelées. Z3.

*Samedi 29 juillet*




**Marche Nordique au Parc de Sceaux**

**Betty De WANCKER 2 h**

RV à 8h45 à Châtelet-les-Halles (milieu du quai). RER B4 à 8h59 pour Parc de Sceaux (9h20). Retour de Croix de Berny à 11h45 pour Châtelet les Halles(12h05). Z3.

**RANDONNÉE**

**CODIFICATION DES RANDONNÉES**

- \* allure modérée de 3 à 4km/h
- \*\* allure moyenne de 4 à 4,5 km/h
- \*\*\* allure soutenue de 4,5 à 5 km/h
- \*\*\*\* allure rapide plus de 5 km/h
-  allure sportive
-  Randonnée avec commentaires sur le milieu rencontré : végétation, faune, géomorphologie, histoire
-  Rando-visite avec commentaires sur les sites et monuments rencontrés

*Jeudi 25 mai (Ascension)*

**\* « Grotte aux cristaux »**

**Jean Claude DENIS 16 km**

RV à 9h gare de Lyon. Train à 9h19 pour Fontainebleau- arrêt en forêt (9h56). Nous prendrons la direction du Carrefour d'Aumale, un peu de TMF, Route du Luxembourg, la Table du Grand Maître, Rocher Canon, Mare aux Evées jusqu'à la Seine, et Bois le Roi. Train à 16h37 pour Paris Lyon (17h15), Z5

**\*\* Forêt de Malvoisine et vallée de l'Aubetin**

**Jean-Antoine DU VILLARD 20 km**

RV à 9h00 gare de l'Est Train à 9h16 pour Mortcerf (9h57). Forêt de Malvoisine, vallée de l'Aubetin, Faremoutiers. Train à 17h45 pour Paris Est (18h42). Z5

**\*\*\* De Montigny à Bagneaux**

**Jacques MUSY 25 km**

RV à 8h05 gare de Lyon. Train à 8h19 pour Montigny sur Loing (dir Montargis). La Genevray, les étangs, le canal du loing, la Mer de Sable, Parking D101 puis GR13 en dir de Poligny, Bagneaux. Train à 17h27 pour Paris-Lyon(18h41). Z5

*Dimanche 28 mai*

**\* Forêt de Dourdan Sud**

**Chantal COUTANT 13 km**

RV à 8h30 gare d'Austerlitz. RER C à 8h39 pour Dourdan (9h50). Fontaines Bouillantes, Fontaine Ste Mesme, le Grillon, les Fontenettes, le Potelet, Dourdan, RER C à 16h38 pour Paris Austerlitz (17h43) Z5

**\*\* Milly-la-Forêt et J. Cocteau**

**Jean-Antoine DU VILLARD 18 km**

RV à 8h20 gare de Lyon. RER D à 8h49 pour Maisse (9h51). Forêt de Milly, Milly: halles, chapelle St Blaise(3€), maison de Jean Cocteau (7,5€), Maisse. RER D à 17h36 pour Paris Lyon(18h48). Z5.

**\*\*\* Boucle en Forêt de Rambouillet**

**Véronique DESTEUQUE 25 km**

RV à 7h50 gare Montparnasse. TER à 8h09 pour Rambouillet(8h45). Nous rejoindrons par le GR1 l'Etang D'or, l'Etang de la Tour, Carrefours des Enclaves, des Biscornus puis la Croix du Gd Veneur par la route des Vallées, PNR jusqu'à Les Frémillons, Bois St de Rémy, et retour par le GR 655 et le GR 1 à Rambouillet. Train à 16h16 ou 17h20 pour Paris-Montparnasse (16h50 ou 17h53).Z5

*Jeudi 1er juin*

**\*\* Du côté de Gometz-le-Chatel** **Victor HASSINE 19 km**  
RV à 8h20 gare du Nord, RER B à 8h41 pour St Rémy-lès-Chevreuse (9h31). ce RER B passe à Châtelet à 8h44. Dénivelées 350m. Alternance de vallées, de coteaux et de bois, descente le long de l'Yvette puis parcours à bosses vers le village typique de Gometz-le-Chatel, le viaduc des Fauvettes, le bois de la Guyonnerie vers Le Guichet, RER B à 17h22 pour Châtelet (18h02) Z5

**\*\*\* « Montagnes russes » avec anciennes carrières** **Pierre CHARTON 26 km**  
RV à 7h50 gare de Lyon. RER D à 8h09 pour Boutigny (9h17). (Dénivelée +500m). Bois de la Chapelle Ste Anne, Videlles et les anciennes carrières du plateau des Roches, aqueduc de la Vanne et encore des carrières en rejoignant Mondeville et la Ferté-Alais. RER D à 17h46 pour Paris Lyon (18h49). Z5

*Samedi 3 juin*

**¶ La cité universitaire et le parc Montsouris** **Didier THOUÉNON 3h**  
RV à 9h30 devant l'entrée du RER B Cité Universitaire (accès aussi par le tram).  
Deux lieux dont la création résulte d'une volonté d'améliorer le sort des individus : regrouper des étudiants et des chercheurs venant de tous les pays du monde, afin de développer une solidarité entre les peuples, propre à prévenir les guerres, pour la Cité U, et volonté de créer un espace de promenade, propre à améliorer la santé et le bien-être des parisiens pour le parc. Promenade bucolique et axée sur l'histoire des lieux et leur création, ainsi que sur l'architecture des bâtiments et de quelques rues voisines. Fin vers 13h. Z1

*Dimanche 4 juin*

**\* La forêt de Rougeau** **Patrick LEBRETON 12 km**  
RV à 10h45 gare de Lyon. RER D à 11h09 pour Le Plessis Chenet (12h00). Parcours mêlant des moments en sous-bois et des vues sur la Seine, passant ensuite par le Pavillon Royal et Nandy ; dénivelée + : 170 m. RER D à Cesson à 17h06 pour Paris-Lyon (17h52). Z5.

**\*\* Un peu de la forêt des 4 piliers** **Jean-Antoine DU VILLARD 19 km**  
RV à 8h40 gare Montparnasse. Train à 8h56 pour Montfort-l'Amaury-Méré (9h36). Bois des Longues Haies, étang Neuf, forêt des 4 piliers, Orgerus-Béhoust. Train à 16h15 pour Paris Montparnasse (17h02). Z5

**\*\*\* Bonnières-Mantes par les falaises** **André MAISONNEUVE 28 km**  
RV à 8h gare St Lazare. Train à 8h19 pour Mantes (8h51) puis Bonnières (9h11). Jolie balade via le château de la Roche-Guyon, le site impressionniste de Vétheuil, et des points de vue remarquables sur la Seine. Train à 18h08 pour Paris-St-Lazare (18h40). Z5.

*Jeudi 8 juin*

\* **Parc de La Poudrerie** **Chantal COUTANT 10 km**  
RV à 9h45 gare du Nord. RER B à 10h06 pour Vert Galant (10h29) (Dir. Mitry Claye), La Poudrerie, Les Sablons, bords de l'Ourcq, Sevran Livry. RER B à 16h06 pour Paris Nord (16h28). Z4

\*\* **Bonneuil sur Marne – Boissy saint Leger** **Robert PERRIN 20 km**  
RV à 8h05 gare de Lyon. RER A à 8h20 pour Sucy-Bonneuil (8h44). De Bonneuil nous rejoignons Sucy en Brie, puis la forêt de Notre-Dame et le château des Marmousets, le carrefour du Dauphin, la forêt de Gros Bois, Boissy Saint Léger. RER A à 16h49 pour Paris-Lyon (17h16) ou Châtelet. Z4.

\*\*\* **Autour de Château Landon** **Jacques MUSY 25 km**  
RV à 8h00 gare de Lyon. Train à 8h19 pour Souppes sur loing (9h34) (dir Montargis). Souppes, les grands Moulins, abbaye de Cernonceaux, Néronville, Château Landon, retour à Souppes. Train à 17h21 pour Paris-Lyon(18h41). Z5

*Dimanche 11 juin*

∩ **Faubourg St Antoine - Bastille** **Pierre GRIETTE 2h30**  
RV à 9h30 métro Ledru Rollin, sortie Charonne. Fin vers 12h au métro Filles du Calvaire Z1

\* **Les Nymphéas** **Chantal COUTANT 15 km**  
RV à 9h gare de Lyon. Train à 9h20 pour Bois le Roi (9h51). Monts de Truies, Mare à Piat, Route du Vallon, Bois le Roi. Train à 16h37 pour Paris Lyon (17h15). Z5

\*\*\* **Rosny sur Seine / Mantes la jolie** **Manuela GARCIA 26 km**  
RV à 8h gare St Lazare. Train à 8h20 pour Rosny(9h05) avec changement à Mantes (8h50/9h01). Forêt régionale de Rosny, mare du Désert, ruines du château des Beurons, Buchelay, Bois des Terriers, Mantes la Jolie. Train à 17h08 pour Paris St Lazare (17h40). Z5

*Jeudi 15 juin*

\*\* **Bois de la Tour du Lay** **Alain FORCADE 19 km**  
RV à 8h10 gare du Nord. Train à 8h30 pour l'Isle Adam Parmain(9h19). Montée vers le bois de la Tour du Lay, avec, si on le trouve, « le trou à morts », puis un Polissoir du Néolithique et enfin la Fontaine St Robert, seul reste du Prieuré du Lay. Redescente sur Champagne sur Oise et les bords de l'Oise pour l'Isle Adam Parmain. Train à 17h09 pour Paris Nord (17h59). Z5.

\*\*\* **Boucle dans la Vallée de Chevreuse** **Pierre CHARTON 26 km**  
RV à 8h00 à Châtelet-les-Halles (milieu du quai) RER B à 8h20 pour St-Rémy-lès-Chevreuse (9h13). (Dénivelée +400m). Châteaufort et la Forêt de Port-Royal, Chemin de Jean Racine et Château de la Madeleine. Retour à St-Rémy-lès-Chevreuse. RER B à 17h28 pour Châtelet-les-Halles (18h17). Z5.

*Dimanche 18 juin*

## **FÊTE D'ÉTÉ DU TCF À BOIS LE ROI**

*Réservée aux adhérents, famille et amis*

POINT DE RENCONTRE : à 12h30 à l'accueil de la Base de Loisirs de Bois le Roi, route de Tournezy, à un peu plus de 2 km de la gare,.

**Marche Nordique en forêt de Fontainebleau** **Betty De WANCKER** **2h**  
RV à 8h00 gare de Lyon. Train à 8h16 pour Fontaine le Port(9h02) avec changt à Melun. Z5

\* **De mares en mares** **Chantal COUTANT** **7 km**  
RV à 9h gare de Lyon. Train à 9h20 pour Fontainebleau - Arrêt en Forêt(9h56). Mares du Marchais, de la Boissière, du Charme Brûlé, Base de Loisirs. Z5

\* **Fête d'été** **Jean Claude DENIS** **8 km**  
RV à 9h gare de Lyon. Train à 9h20 pour Fontainebleau - Arrêt en Forêt (9h56). En direction de la base de loisirs en passant par la maison forestière de Courbuisson et le Carrefour du tir. Z5

\*\*\* **Fête d'été** **André MAISONNEUVE** **13 km**  
RV à 8h00 gare de Lyon. Train à 8h19 pour Fontainebleau (9h00). Nous emprunterons Sentiers bleus et grandes allées pour rejoindre la Base de Loisirs. Z5.

**Après-midi** : Promenades digestives plus ou moins longues avec pour destination la gare de Bois le Roi avec des trains à 16h07, 16h38 etc.. pour la gare de Lyon 35 minutes plus tard.

Pour les **non-randonneurs** Train à 11h19 gare de Lyon pour Bois le Roi (11h50).

**Participation** : 17€ pour les adhérents et pour leurs amis ou leur famille

**Inscrivez-vous dès réception de ce bulletin, et avant le 6 juin**, en envoyant à notre siège un chèque à l'ordre du TCF du montant de votre participation.

*Jeudi 22 juin*

\* **La Mare Périlleuse** **ANNULEE-CANICULE** **Sylvain LEVESQUE** **16 km**  
RV à 9h05 gare de Lyon. Train à 9h20 pour Vulaines-sur-Seine-Samoreau (10h12) avec chgt à Melun (9h47/9h52). La Seine, Rocher de Samoreau, Forêt de Champagne, la Mare Périlleuse, l'Epinard, Héricy. Train à 16h50 pour Paris-Lyon (17h41) avec chgt à Melun (17h06/17h13). IGN 2417OT,2416E. Z5

\*\*\* **Chars – Meulan** **ANNULEE-CANICULE** **André MAISONNEUVE** **27 km**  
RV à 7h50 gare St Lazare. Train à 8h03 pour Chars(9h01). En suivant la vallée de la Viosne nous gagnerons Us puis par le plateau nous rejoindrons la vallée de l'Aubette qui nous ramenera à Meulan. Train à 17h04 pour Paris St Lazare (17h53). Z5.

*Samedi 24 juin*

\* **« Rando Pizza »** **Jean Claude DENIS** **8 km**  
RV à 9h00 gare de Lyon. Train à 9h20 pour Fontainebleau (10h01). Un tour en Forêt du côté du mont Pierreux pour revenir à Fontainebleau. Pizza et tu tuti quanti... puis promenade digestive pour reprendre le train dans l'après midi . **Menu autour de 25€**. Pour s'inscrire envoyer un chèque d'acompte de **10€** à Jean Claude au plus tard 48 heures avant. Z5

*Dimanche 25 juin*

\* **Traversée de Paris Ouest-Est : Du Luxembourg à Austerlitz** **Denise BREINER 3 h**  
RV à 9h30, 101 Bd St Michel (RER Luxembourg sortie rue de l'Abbé de l'épée – Métro Cluny La Sorbonne). Val de Grâce, Arènes de Lutèce, Jardin Alpin du Jardin des Plantes, Square et Hôtel Scipion, Pitié Salpêtrière, Fontaine Chen Zhen. Métro Quai de la gare ou gare d'Austerlitz. Z1

\* **Le vallon des Méances** **Sylvain LEVESQUE 14 km**  
RV à 9h30 gare de l'Est. Train à 9h46 pour Longueville (10h48). GR11, Septville, les Grattons, Chaulautre-la-Petite, PR le long du rû des Méances, Longueville. Train à 16h05 pour Paris-Est (17h12). IGN26160. Z5

\*\*\* **Bourron Marlotte / Moret Veneux** **Manuela GARCIA 26 km**  
RV à 8h gare de Lyon. Train à 8h19 pour Bourron Marlotte (9h18). Bois des Cumiers, un peu des rochers de Recloses (en passant par l'abri des Francs), les grandes Bruyères, un peu de bleu, Rocher des Etroitures, route de la Canepetière, GR11 pour arriver à Moret Veneux. Train à 17h25 pour Paris-Lyon (18h14) Z5

\*\*\*\* **D'Étampes à Boutigny-sur-Essonne** **Michel JOUSSE 28 km**  
RV à 7h55 gare d'Austerlitz. RER C à 8h16 pour Étampes (9h13) PR, GR111, Puiselet-le-Marais, GR111A, *Château de Farcheville*, GR1, Vayres-sur-Essonne, *château Belestat*, Boutigny-sur-Essonne. RER D à 17h40 (ou 16h40) pour Paris Lyon 18h48 (ou 17h48). Z5

*Jeudi 29 juin*

\* **« Mont Chauvet »** **Jean Claude DENIS 16 km**  
RV à 9h00 gare de Lyon. Train à 9h20 pour Fontainebleau( 10h00). Direction : parc du château que l'on traverse par le grand canal. Petit Mont Chauvet, l'aqueduc de la Vanne que l'on suit en direction de Moret. Train à 16h51 pour Paris Lyon(17h41). Z5.

\*\*\* **Vers Milly la Forêt** **André MAISONNEUVE 27 km**  
RV à 7h50 gare de Lyon. RER D à 8h09 pour Maisse (9h21). Virée autour de Maisse par Milly la Forêt, le chemin des cent marches, la ferme de Coquibus et Moigny sur Ecole. RER D à 17h36 pour Paris-Lyon (18h48). Z5.

*Dimanche 2 juillet*

\* **Forêt de Barbeau** **Chantal COUTANT 16 km**  
RV à 9h gare de Lyon. Train à 9h20 pour Fontainebleau - Arrêt en Forêt(9h56). Bois de Courbuisson, Fontaine le Port, Forêt de Barbeau, Héricy. Train à 16h50 pour Paris-Lyon(17h41) avec changement à Melun (17h06/17h13), Z5

\*\* **Bosses en forêt de Carnelle** **Jean-Antoine DU VILLARD 20 km**  
RV à 8h45 gare du Nord. Train à 9h04 pour Viarmes (9h45). Car de Chantilly et de Carnelle, Pierre Turquaise, Saint-Martin du Tertre, Villaines. Train à 16h20 pour Paris Nord (16h54). Z5

*Jeudi 6 juillet*

**\*\* Bosses en forêt de Marly** **Jean-Antoine DU VILLARD 20 km**  
RV à 9h05 gare Saint-Lazare. Train à 9h23 pour Poissy (9h40). Chambourcy, étoiles de Montjoie, du pelerin et inconnue, gare de Saint-Nom-la-Bretèche. Train à 16h20 pour Paris St-Lazare(17h03). Z5

**\*\*\* La forêt de la Commanderie** **Jacques MUSY 25 km**  
RV à 8h00 gare de Lyon. Train à 8h19 pour Bourron-Marlotte(9h17) (dir Montargis).Bourron, Villiers, Le massif de la Commanderie, La Dame Jouanne, l'Eléphant, Larchant, Nemours Saint Pierre. Train à 17h34 pour Paris-Lyon(18h41). Z5

*Dimanche 9 juillet*

**\* L'Ourcq et le Clignon** **Patrick LEBRETON 13 km**  
RV à 10h35 gare de l'Est. Train à 10h51 pour Crouy sur Ourcq (11h44) avec chgt à Trilport (11h20/11h28). Boucle en sous-bois, dans le marais de Negando, le long des canaux puis dans les champs après une ancienne commanderie templière ; dénivelée: +139 m. Train à 17h13 pour Paris Est (18h09) avec chgt à Trilport (17h28 / 17h38). Z5.

**\* Rocher St-Germain** **Sylvain LEVESQUE 16 km**  
RV à 9h05 gare de Lyon. Train à 9h20 pour Fontainebleau-arrêt en forêt (9h56). Rocher St-Germain, hauteurs de la Solle, route de la Reine, Croix du Calvaire, Fontainebleau. Train à 16h31 pour Paris- Lyon (17h11). IGN 2417OT, Z5.

*Jeudi 13 juillet*

**\* « Bas Bréau »** **Jean Claude DENIS 16 km**  
RV à 9h00 gare de Lyon. Train à 9h20 pour Bois-le-Roi (9h53). Direction Rocher Canon, route de Saimois, carrefour des Ventes Chapelier, pique-nique au Bas Bréau. Retour par le carrefour des Longues Vallées, Bois le Roi.Train à 17h07 pour Paris Lyon (17h41).Z5

**\*\*\* Bois et champs entre Epône et Villennes-sur-Seine** **Pierre CHARTON 26 km**  
RV à 8h05 gare St Lazare. Train à 8h22 pour Epône-Mézières (9h08). Paysages ouverts et vallonnés avec traversées de bois. Villeneuve, la Folie, Aulnay-sur-Mauldre, forêt des Alluets, Morainvilliers, Villennes-sur-Seine. Train à 17h11 pour Paris St Lazare (17h37). Z5.

*Dimanche 16 juillet*

**\* Ceinture Verte de l'île de France** **Chantal COUTANT 15 km**  
RV à 8h35 gare du Nord. Train à 8h56 pour Taverny (9h28). Forêt de Montmorency, Etang Godard, Ceinture Verte, Bois des Garennes, Mériel. Train à 16h49 pour Paris Nord (17h32). Z4/Z5

**\*\*\* St Pierre de Nemours / Moret** **Manuela GARCIA 25 km**  
RV à 8h gare Lyon. Train à 8h19 pour St Pierre de Nemours (9h24). En longeant le Loing, bois aux Pichons, Montigny, un peu de GR13B, Moret Veneux. Train à 17h25 pour Paris Lyon (18h14) . Z5

**\*\*\*\* De Ponthierry à Boutigny** **Michel JOUSSE 29 km**  
RV à 8h gare de Lyon. Train à 8h19 pour Ponthierry Pringy (9h15), avec changt à Melun (8h44/9h05). Pringy, PR (*Château de Montgemont*), St-Sauveur-sur-École, St-Germain-sur-École, GR32, Dannemois, Courances (*Château*), PR, GR1, Boutigny. RERD à 17h40 pour Paris Lyon (18h48). Z5.

*Jeudi 20 juillet*

**\*\* Des étangs de Meudon à la Seine Musicale** **Victor HASSINE 19 km**  
RV à 8h30 gare Montparnasse. Train à 8h50 pour Meudon-Val-Fleury (9h22) avec changt à Viroflay RG (9h11/9h16), parcours ombragé, dénivelé 350m. Le bois de Clamart puis succession de 8 étangs dans la forêt de Meudon. Pour finir, un petit tour dans l'île Seguin pour voir la Seine Musicale, nouveau bâtiment abritant 2 salles de concerts, métro au Pont de Sèvres vers 17h. Z3 /Z1

**\*\*\* Étangs en forêt de Rambouillet** **Alain FORCADE 25 km**  
RV à 7h55 gare Montparnasse. Train à 8h09 pour Rambouillet(8h43). A la découverte des plans d'eau autour de Rambouillet. Etangs d'Or, de la Tour, de la Grenouillère, etc... Rambouillet. Train à 17h19 pour Paris Montparnasse (17h53). Z5.

*Dimanche 23 juillet*

**\* Charme et Mystère du Jardin d'Agronomie Tropicale** **Denise BREINER**  
**3h** RV à 9h30 RER Nogent sur Marne, Av des Marronniers (Ligne A direction Boissy St Léger). Jardin indochinois : Porte chinoise, Stûpa cambodgien, Pont khmer aux Najas, Esplanade du Dinh.... Jardin afro-amérindien : Pavillon de Tunisie, du Congo, de Guyane..... Ancien jardin des cultures. Arrivée RER Nogent sur Marne Z3.

**\*\*\* Vallée de l'Ecole** **Alain FORCADE 26 km**  
RV à 8h00 gare de Lyon. Train à 8h19 pour Ponthierry-Pringy (9h15) avec changt à Melun(8h44/9h05). On remonte l'Ecole jusqu'à Moigny en passant par St Germain, le château de Courances et son superbe parc de 75 hectares, puis le bois de Malabri, et Maisse. Train à 17h36 pour Paris Lyon (18h48). Z5.

**\*\*\* Les Vaux de Cernay** **André MAISONNEUVE 30 km**  
RV à 8h gare du Nord. RER B à 8h20 pour St Rémy lès Chevreuse (9h12). De St Rémy nous rejoignons les Vaux par Chevreuse et Dampierre, puis nous longeons le ru des Vaux jusqu'à Auffargis. Retour du Perray. Train à 17h57 pour Paris-Montparnasse (18h51). Z5

*Jeudi 27 juillet*

**\*\* Les Cryptes Mérovingiennes de Jouarre** **Alain FORCADE 20 km**  
RV à 8h30 gare de l'Est. Train à 8h51 pour La Ferté sous Jouarre(9h32). (dénivelée +300m). Jouarre, riche d'un patrimoine millénaire, dont nous visiterons les cryptes mérovingiennes (**6€, s'inscrire auprès d'Alain**). Puis redescende vers la vallée du Petit Morin qui nous ramenera à La Ferté. Train à 17h27 pour Paris Est (18h09). Z5.

**\*\*\* Forêt de Sénart et bords de Seine** **Robert PERRIN 26 km**  
RV à 8h00 gare de Lyon. RER D à 8h16 pour Ris-Orangis (8h48). Bois du Petit Sénart, Carrefour de Montgeron. La Faisanderie, Etiolles, bords de Seine, Ris-Orangis. RER D à 17h08 pour Paris Lyon (17h42). Z5.



*Dimanche 30 juillet*

\* **« Mal Montagne »** **Jean Claude DENIS 16 km**  
RV à 9h00 gare de Lyon. Train à 9h20 pour Bourron-Marlotte(10h20). Château de Bourron; nous rentrerons en forêt pour atteindre la Mare aux Fées, puis nous suivrons le TMF en contournant la Malmontagne pour remonter jusqu'à Thomery. Train à 16h56 pour Paris-Lyon(17h41). Z5

\*\* **Forêt de Ferrières** **Jean-Antoine DU VILLARD 20 km**  
RV à 8h35 gare Magenta (milieu du quai). RER E à 8h50 pour Emerainville-Pontault-Combault (9h20). Car du Renard, Pontcarré, car des 3 mares, Barrière Noire, Gretz-Armainvilliers. RER E à 16h27 pour Magenta (17h09). Z5

\*\*\* **Gretz-Armainvilliers / Tournan** **Manuela GARCIA 26km**  
RV à 8h00 gare du Nord. RER E à 8h20 pour Gretz(9h02). Parcours en forêt, Forêt domaniale d'Armainvilliers et de Ferrières, Tournan. Train à 17h13 pour Paris Est (17h42). Z5

**ACTIVITES DE PLUSIEURS JOURS : PRINTEMPS, ETE, AUTOMNE, HIVER**

**(RANDONNEE, RANDONNEE MONTAGNE, RAQUETTES)**

[Nous contacter](#) au siège de l'association

[Retour Accueil](#)