

BULLETIN PROGRAMME

N° 151

Août Septembre 2024

VIE DE L'ASSOCIATION

FÊTE D'ÉTÉ SAMEDI 8 JUIN 2024

Pour cette journée exceptionnelle de rencontre et d'échange, où nous avons fêté les 40ans de notre Club, nous étions 60.

Le beau temps était de la partie et le programme prévu, visites, repas puis navigation sur la Seine et l'Oise s'est magnifiquement déroulé.

Ce fut manifestement un grand plaisir pour les participants que nous remercions ici et, pour que dans notre club, tous et toutes le partagent un peu, nous invitons à la lecture, plus avant dans ce bulletin, du récit complet que Didier THOUENON a fait de cette journée.

LANCEMENT SAISON 2024 2025

Le Conseil d'Administration réuni le 7 juin dernier a déterminé les conditions d'adhésion à notre club pour la saison annuelle à venir. Elles figurent dans le bulletin d'adhésion 2024/2025 qui a été mis en ligne sur notre site le 15 juillet.

La période de cette adhésion a donc débuté le 15 juillet 2024 ce qui présente un avantage pour toute nouvelle adhésion de l'été.

Elle se terminera le 31 octobre 2025 pour, concernant cette fois la réadhésion à la saison suivante 2025 2026, donner en cas de besoin un laps de temps supplémentaire.

FÊTE D'AUTOMNE DIMANCHE 29 SEPTEMBRE 2024

Le dimanche 29 septembre nous vous attendons à Provins, superbe ville médiévale où une confortable halle couverte peut abriter notre traditionnel pique-nique. Ce lieu, bien que connu, est un bon choix après les agréables souvenirs de nos fêtes de 2021 et 2023.

Après les randonnées ou les visites du matin que vos animateurs et animatrices vous proposent * nous nous retrouverons sous la halle devant l'OT autour d'un buffet pour partager les plats et les desserts préparés par chacun et chacune. Le club comme d'habitude vous servira l'apéritif et quelques boissons.

* Les détails figurent dans le bulletin

SORTIES DE RÊVE, RÊVES DE SORTIES

Fête d'été du TCF le 8 juin 2024

Un soixantaine d'adhérents se sont retrouvés à Conflans-sainte-Honorine pour participer à notre fête d'été annuelle, célébrer les 40 ans de l'association et honorer les trois adhérents toujours actifs au TCF depuis sa création, Jean CASSEL, Michel CHALARD et Jacqueline TIRBOIS, qui ont été chaleureusement applaudis.

Une devise de Blaise PASCAL inscrite au Musée de la Batellerie visité le matin nous a accompagnés toute la journée : « les rivières sont des chemins qui marchent et qui portent où l'on veut aller ».

Cette devise nous convenait bien car nos sentiers nous portent nous aussi là où nous voulons aller, la différence étant que notre mouvement ne résulte pas du déplacement du sol mais de l'action de nos jambes sur une surface qui est pour nous immobile. Le paysage ne bouge pas tout seul, c'est notre marche qui le fait bouger, et c'est un parallèle que l'on peut imaginer avec les bateliers : nos paysages bougent.

Située au confluent de la Seine et de l'Oise, Conflans est considérée comme la capitale de la Batellerie, à laquelle elle a consacré un musée en 1966. Il présente les modes de traction des bateaux transportant des marchandises sur les canaux et rivières navigables. Avant l'apparition des moteurs (machines à vapeur puis moteurs à explosion), des chevaux, mais aussi des hommes, tiraient les bateaux sur les chemins de halage. Conflans a été le lieu d'une importante activité de halage, avant de développer une batellerie plus moderne. Des plans des canaux français et de nombreuses maquettes nous ont permis de mesurer la diversité du génie humain (embarcations diverses, pont-canal, ascenseur à bateaux) appliqué au transport sur les voies d'eau.

Après un excellent repas, nous avons profité d'une balade commentée sur la Seine, utilisant une écluse à l'aller et au retour, et pu admirer à partir de l'eau les nombreux bateaux à quai, péniches transformées en habitat permanent, remorqueurs et pousseurs divers, et bateaux chargés ou non de marchandises, signes de la continuité de cette activité à Conflans.

Et sainte-Honorine ? C'était une jeune gauloise chrétienne, née en Normandie au IV^{ème} siècle, martyrisée pour avoir refusé d'épouser le fils d'un gouverneur romain païen. Pour protéger au IX^{ème} siècle ses reliques des attaques des Vikings en baie de Seine, les moines chargés de sa protection décidèrent de les confier à une abbaye parisienne, mais son voyage vers Paris s'arrêta à Conflans en 876.

A l'occasion du transfert des reliques dans une nouvelle église en 1086, un bateau chargé de pèlerins faillit chavirer, mais des invocations de la sainte sauvèrent les passagers du naufrage. Suite à ce miracle, la sainte devint la patronne des marins. Ses reliques sont toujours à Conflans, qui a accolé le nom de Sainte Honorine à celui de la ville.

Conclusion : une excellente journée, toute de plaisir, de rencontres, de souvenirs et d'amitié.

Et sous un beau soleil, qui nous permet d'être « hâlés » sur les chemins de halage.

Un grand merci aux organisateurs. On attend avec envie la fête d'été 2025.

Didier THOUENON

Randos nautique et pédestre : L'Epte. Le 28 et 29 mai

Hernan ALMEIDA

« L'Epte est impraticable, la rivière est très haute ! » C'est le message par SMS que nous recevons en route vers notre micro-aventure. C'est avec bonne humeur que nous continuons notre rando pédestre sous la pluie dès notre arrivée à Gisors. En passant d'une limite départementale à l'autre -Hauts-de-France, Ile de France et Normandie- nous visitons les vestiges du château Saint-Clair-sur-Epte (Val-d'Oise) où, commenté par Pierre, a été conclu dans l'année 911 le traité du même nom entre le roi des Francs Charles III le Simple et Rollon, un chef viking. Direction sud-ouest, dans le bois de la Garrenne (l'Eure, Normandie), nous découvrons l'allée couverte de Dampsmesnil, un type particulier de dolmen construit au Néolithique datant de l'an 2 000 avant notre ère. A notre arrivée au beau gîte de l'hameau de Bosc Roger (campagne normande), un dîner aux chandelles nous attend ! Au lendemain, deuxième jour, la pluie et le vent sont incessants. Nous traversons des vallées verdoyantes et denses, profitant toujours des orchidées et de leurs couleurs, des vues uniques presque aériennes sur la Seine et la région. Avant d'arriver à la gare pour notre retour à Paris, dans un abribus, nous trinquons à nos deux jours de rand'eaux avec le champagne que Sylvie nous apporte pour la première de la rando nautique. Une petite séance de danse au rythme du cha-cha-cha est tirée de nos sacs !

Annie M., Christine D., Françoise S., Hernan A., Isabelle P., Muriel B., Pierre P., Sylvie D.

VIGILANCE ORANGE

Dans le cas d'une indication de vigilance orange pour tempête ou orages formulée par Météo France, les randonnées prévues seront annulées d'office.

DATES A RETENIR

Tous Ensemble avec le TCF

- Fête d'automne 29 septembre 2024
- Assemblée Générale 7 décembre 2024

Tous Ensemble avec la FFRP et le comité de Paris

FFRP : 64 rue du Dessous des Berges 75013 ; Métro Bibliothèque, ligne 14; <https://ffrandonnee.fr>

Comité de Paris : <https://rando-paris.org>, tel 01 46 36 95 70. Consulter ce site ou téléphoner pour obtenir : - les dates et lieux des panamées (randos dans "Paname") en soirée.

Vous pouvez aussi consulter le site suivant : <https://ffrandonnee-idf.fr/>

RÉDUCTIONS - AVANTAGES

L'adhésion vous permet d'obtenir **une réduction de 10%** sur les achats (vêtements et chaussures) et les réparations de chaussures au **magasin « A LA VILLE A LA MONTAGNE »** 3, Bd Richard Le-noir 75011 Paris en présentant votre carte club à jour du timbre annuel.

Si vous avez opté pour une souscription, d'autres avantages sont offerts par votre licence.

INFORMATIONS A L'ATTENTION DES ANIMATEURS

Pour nous permettre de préparer le programme **de octobre – novembre**, les projets de sorties de la journée et de plusieurs jours devront nous parvenir pour le **vendredi 6 septembre** au plus tard par mail

ACTIVITÉS CULTURELLES

Jeudi 10 octobre

m « Le Cyclop » (visite)**

Robert PERRIN 16 km

L'an dernier, la visite du « **Cyclop** », œuvre de Jean Tinghely et Niki de Saint Phalle au cœur de la forêt près de Milly la Forêt, avait eu beaucoup de succès. Mais le nombre de places étant limité, plusieurs randonneurs n'ont pas pu venir et ont demandé sa reprogrammation. Une randonnée de 16km accompagne cette visite.

Une nouvelle visite est donc organisée le 10 octobre.

Les personnes intéressées doivent contacter Robert Perrin.

Une fois la demande acceptée, un chèque de 9€ par personne est nécessaire pour confirmer la visite, à envoyer à Robert Perrin avant le 10 septembre à l'adresse suivante :

Robert Perrin 34 rue de la Villette 75019 Paris.

ACTIVITÉS DE LA JOURNÉE

LES POINTS DE RENDEZ-VOUS

Dans les gares:

AUSTERLITZ : Hall banlieue sous-sol, devant les distributeurs de billets (travaux: accès côté arrivée)

EST: En surface en face de la voie 24.

LYON : Hall 1 grandes lignes, en face de la voie M devant le « Relay »



MONTPARNASSE : Hall 4 avant les portillons d'accès aux voies banlieue (devant le « Relay » à côté de la billetterie Ile de France)

NORD et MAGENTA : En surface devant les anciens guichets banlieue, avant les portillons d'accès aux voies 30 à 36

SAINT-LAZARE : Hall d'échange dernier niveau, devant la pharmacie, en face de la billetterie Idf .

RANDONNÉE

CODIFICATION DES RANDONNÉES

- **o** allure tranquille de 3 à 3,5km/h
- ***** allure modérée de 3,5 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
-  Rando-visite avec commentaires sur les sites et monuments rencontrés

Jeudi 25 juillet

*** Vallée de la Mauldre** **Alain FORCADE 15 km**
RV à 8h55 gare St Lazare. TER à 9h10 pour Nezel-Aulnay(10h06) avec changt à Mantes la Jolie (9h45/9h51) Nous allons remonter le cours inférieur de la Mauldre (petite rivière de 35km) entre Nézel et Beynes (ruines du château fort XIIème et XIIIème). Train à Beynes à 16h19 pour Paris Montparnasse (17h16). Z5

**** « De Coignières à Neauphle »** **Patrick RICHARD 19 km**
RV à 8h10 gare Montparnasse. Train (dir Rambouillet) à 8h20 pour Coignières (9h11). *Dénivelé + 150m.* Vallée de la Mauldre, Grand Etang, St-Rémy-l'Honoré, maisons de Louis Carré & Jean Monnet, Hameau d'Houjarray, Mareil-le-Guyon, gare de Villiers-Neauphle-Pontchartrain. Train à 16h29 pour Paris Montparnasse (17h02) Z5.

***** La Vallée des Méances** **Evelyne WOSINSKI 26 km**
RV à 8h30 gare de l'Est. Train à 8h47 pour Longueville (9h48). Boucle champêtre, en forêt ou en lisière de forêt. Ru des Méances, moulin de Gouaix. Soir Longueville Train à 17h05 pour Paris Est (18h12). Z5

Dimanche 28 juillet

* " **Autour de Méridon** " **Jean Claude DENIS 10 km**
RV à 9h30 à Denfert Rochereau *milieu du quai*. RER B à 9h43 pour St Rémy les Chevreuse (10h23). En direction du bois de Méridon par la Roche Pointue, pique nique (tables). Puis à travers bois, la ferme de Coubertin et St Rémy. RER B à 16h31 pour Paris Châtelet (17h19) Z5

* **Yvette et Mérentaise** **Alain FORCADE 16 km**
RV à 8h55 à Châtelet les Halles sur le quai du RER B *en tête*. Rame à 9h08 pour Bures sur Yvette (9h47). Un peu d'Yvette avant de rejoindre la Mérentaise, ses ponts de Pierre et l'Espace naturel du Domaine d'Ors. Au retour coteaux de la Mérentaise, carrière du Bois des Grais et Gif sur Yvette. RER B vers 16h30 pour Châtelet les Halles (vers 17h15) Z5.

*** **Forêts de Poligny et Nemours** **Claudine ORSINI 25 km**
RV à 8h gare de Lyon. Train ligne R à 8h16 pour Souppes sur Loing (9h35). Nous traverserons les forêts par le GR13 et les PR. Poligny, Grotte du Troglodyte, la Pointe Mieroslawski et Nemours train à 17h35 pour Paris Lyon (18h48). Z5.

**** **Forêts de Montmorency et de l'Isle Adam** **Sabine Halay 31 km**
RV à 8h15 gare du Nord. Train à 8h34 pour Ecoeuven-Ezanville (8h57). Une grande traversée de la forêt de Montmorency, en passant par le Château de la Chasse, avant de rejoindre la forêt de l'Isle Adam à la Porte Noire. Train à la gare de l'Isle Adam-Parmain à 17h13 ou 18h13 pour Paris Nord (18h02 ou 19h02). Z5

Jeudi 1^{er} août

** **D'Ozoir-la-Ferrière à Tournan en Brie** **ANNULEE Patrick RICHARD 18 km**
RV à 8h25 gare du Nord. RER E à Magenta à 8h47 pour Ozoir-la-Ferrière (9h21). Forêt domaniale d'Armainvilliers, carrefour des Trois Mares, route royale de la Culbute, carrefour de la Garenne, Favières (élevage de bisons), ru des Boissières, Tournan-en-Brie. RER E à 16h28 pour Paris Magenta (17h12). Z5

*** **Rocher Canon, Les deux sœurs** **Pierre POUPARDIN 25 km**
RV à 8h05 gare de Lyon , Train à 8h16 dir Montargis, pour Bois le Roi (8h48). *D+300m* Rocher Canon, les 2 sœurs, rocher Cuvier, carrefour de la croix du grand veneur, Train à Fontainebleau à 17h02 pour Paris Lyon (17h53) .Z5

Dimanche 4 août

* " **Le Lavoir** " **Jean Claude DENIS 10 km**
RV à 9h gare de Lyon. Train à 9h16 pour Fontainebleau Arrêt en Forêt (9h55). En direction de Fontainebleau par Samois-sur-Seine, pique nique au Lavoir de Samois. Puis par la rive gauche de la Seine Fontainebleau. Train à 16h32 pour Paris Lyon (17h13) . Z5

** **Noisy le Roi** **René SOUTHON 15 km**
RV à 9h gare St Lazare. Train à 9h18 pour St Nom la Bretèche(10h02). Forêt de Marly, Bailly, Les Moulineaux, Rennemoulin , Noisy le Roi. Tram à 16h09 pour St Nom la Bretèche, (Correspondance ligne L pour Paris St Lazare) ou St Germain en Laye (Correspondance RER A pour Paris). Z5

** **De Chatou à Conflans-Fin d'Oise** **ANNULEE Michel JOUSSE 20 km**
RV à 9h à Châtelet les Halles *en milieu de rame*. RERA à 9h12 pour Chatou (9h33). Bords de la Seine sur le GRP et le GR2, la Terrasse de Saint-Germain, la route de la Grille Royale, le GRP, la ceinture verte de l'Île de France, le pavillon de la Muette, route d'Andrézy, le GRP ceinture verte de l'Île de France, Conflans-Fin d'Oise. RER A à 16h47 pour Châtelet les Halles (17h18) Z5

Jeudi 8 août

**** D'Ozoir-la-Ferrière à Tournan en Brie Patrick RICHARD 18 km**
RV à 8h25 gare du Nord. RER E à Magenta à 8h47 pour Ozoir-la-Ferrière (9h21). Forêt domaniale d'Armainvilliers, carrefour des Trois Mares, route royale de la Culbute, carrefour de la Garenne, Favières (élevage de bisons), ru des Boissières, Tournan-en-Brie. RER E à 16h28 pour Paris Magenta (17h12). Z5

**** Autour de la forêt de Nemours Jacques MUSY 23 km**
RV à 8h05 gare de Lyon. Train ligne R dir Montargis à 8h16 pour Nemours St Pierre(9h23). Marche en direction de Puiselet, puis chemin des serres et carrefour de l'Etoile, Busseau, le Maunaury et la dame Joanne, retour à Nemours par le chemin de la forêt. Train à 17h35 pour Paris Lyon (18h40). Z5

Dimanche 11 août

*** " Marche à l'ombre " Jean Claude DENIS 7/10 km**
RV à 9h30 à Denfert Rochereau *milieu du quai*. RER B à 9h43 pour St Rémy les Chevreuse (10h23). A couvert en direction de Boulet les Troux. pique-nique (table). Selon la température St Rémy en rebroussant par le GR ouest, ou en suivant la rive du Montabé St Rémy. RER B à 16h31 pour Paris Châtelet (17h19) Z5

**** Rando à l'ombre René SOUTHON 15 km**
RV à 9h gare de St Lazare. Train à 9h18 pour Bougival (9h50) , Parcours en forêt , *dénivelé +270m*
Forêt de Marly, la Celle St Cloud, Pavillon du Butard, Forêt des Fausse Reposes , Etangs de Ville d'Avray, gare de Chaville Rive Droite, Train à 16h07 pour Paris St Lazare (16h34). Z4 / Z3

**** Forêt de Fontainebleau Claudine ORSINI 22 km**
RV à 8h30 gare de Lyon Train à 8h46 pour Bois le Roi (9h18). Carrefours de Franqueville et Barbeau, Samois sur Seine, carrefour des Ecouettes, Bois le Roi Train à 17h09 pour Paris Lyon (17h43) Z5.

****** Herblay - forêt de St-Germain Sabine HALAY 25 km**
RV à 8h45 gare St Lazare. Train à 8h59 pour Herblay-sur-Seine (9h21). Cap sur la navette fluviale pour passer sur la rive sud de la Seine. Le long des berges de la Seine pour arriver au parc de Maisons-Laffite, puis dans la forêt de Saint Germain que l'on traversera pour rejoindre le château de Saint-Germain - gare de Saint-Germain-en-Laye. RER A à 17h12 pour Paris Lyon, (17h44) Z5

Jeudi 15 août

*** Entre Evry Val de Seine et Vigneux sur Seine Alain FORCADE 15 km**
RV à 8h45 gare de Lyon. RER D à 9h01 pour Evry Val de Seine (9h47) avec changt à Viry-Chatillon (9h31 / 9h38). Écluse d'Evry, Soisy sur Seine, forêt de Bois Chardon, Port aux Malades, Port aux Cerises. Retour de Vigneux sur Seine. RER D à 16h34 pour Paris Lyon(16h57). Z5 / Z4

Dimanche 18 août

*** " St Germain " Jean Claude DENIS 10 km**
RV à 9h30 à Etoile, RER A à 9h45 pour St Germain (10h08). En direction de l'Etoile du Houx par le parcours sportif, pique nique (table). Puis par l'Etoile Royale, la routes des Mares, St Germain. RER vers 16h30 pour Paris Châtelet (vers 17h). Z4

**** Boucle autour de Longueville Jean-Antoine DU VILLARD 19 km**
RV à 8h30 gare de l'Est. Train à 8h46 pour Longueville (9h48). Longueville, Chalmaison, Jutigny, Courton, Longueville. Train à 16h05 pour Paris-Est (17h12). Z5

Jeudi 22 août

*** Entre Mantes et Follainville - Dennemont** **Alain FORCADE 16 km**
RV à 8h55 gare St Lazare. TER à 9h10 pour Mantes le Jolie (9h45). Collégiale Notre-Dame, montée vers le bois du Chesnay et Follainville-Dennemont, retour par les coteaux, puis le bord de Seine. Mantes la Jolie. Train à 16h42 pour Paris St Lazare (17h45). Z5.

**** Le long de L'Yvette** **Robert PERRIN 19 km**
RV à 8h15 à Châtelet-les-Halles *en queue de rame*. RER B à 8h39 pour Lozère (9h11). Nous rejoindrons l'Yvette et nous suivrons le cours de l'Yvette jusqu'au Val de Courcelle, le Grand Ragonant, Montabé, St Rémy les Chevreuse. RER B à 16h38 pour Châtelet les Halles (17h28). Z5.

***** Epône Mézières / Villennes-sur-Seine** **Manuela GARCIA 25 km**
RV à 8h gare St Lazare. Train à 8h17 pour Epône Mézières (9h03). GR 26 pour rejoindre la forêt des Alluets puis Morainvilliers et Villennes-sur-Seine. Train à 16h47 ou 17h25 pour Paris St Lazare (17h20 ou 17h53). Z5

Dimanche 25 août

*** Vers l'abbaye de l'Ouye** **Alain FORCADE 16 km**
RV à 8h30 gare d'Austerlitz. RER C à 8h47 pour Dourdan (9h47). En passant coup d'oeil sur le château et les halles, ancienne abbaye de l'Ouye, carrefour du Grillon, Ste Mesme et sa fontaine miraculeuse, les Fontaines Bouillantes, Dourdan. TER à 17h00 pour Paris Austerlitz (17h50). Z5.

**** Breuillet - Sermaise** **Claudine ORSINI 21 km**
RV à 8h30 gare d'Austerlitz RER C à 8h47 pour Breuillet Village (9h33). (*Dénivelé +350m*) Sermaise. Saint Yon, Le Bois de Baville, Saint Sulpide de Favière, Mirgaudon, Saint Chéron et Sermaise. . RER C à 17h12 pour Paris Austerlitz (18h13) Z5.

***** La Forêt de Marly** **René SOUTHON 26 km**
RV à 8h45 gare de St Lazare. Train à 8h58 pour la gare de St Nom la Bretèche (9h42). Ville de St Nom la Bretèche, vestiges du château de Retz, GR1 retour vers la gare de St Nom la Bretèche, Marly le Roi, La Celle St Cloud, Vauresson, Garches Marnes la Coquette. Train à 17h02 pour Paris St Lazare (17h28). Z5 / Z3

Jeudi 29 août

*** Forêt de Rosny sur Seine** **Alain FORCADE 15 km**
RV à 8h55 gare St-Lazare. TER à 9h10 pour Mantes la Jolie (9h45), Bus « A » à 9h57 pour Rosny-sur-Seine (10h27). *Dénivelé +220m*. D'abord le Kiosque Belvédère de Chatillon, puis un tour dans la forêt de Rosny avant de redescendre à la gare de Rosny. Bus « A » à 16h35 pour Mantes la Jolie (17h00) et TER à 17h11 pour Paris St Lazare (17h51). Z5.

**** Forêt de Ferrières** **Robert PERRIN 20 km**
RV à 8h30 gare du Nord. RER E à Magenta à 8h47 pour Roissy en Brie(9h17). Forêt de Ferrières, mare du Cormier, Pontcarré, Forêt d'Armainvilliers, étang de Vincennes, GR 14, Bussy St Georges. RER A à 16h35 pour Châtelet les Halles (17h09). Z5

***** Mérentaise et Yvette** **Evelyne WOSINSKI 25 km**
RV à 8h gare Montparnasse. Train ligne N à 8h20 pour La Verrière (9h07). En forêt de Port Royal, le long de la Mérentaise et l'Yvette, Bures sur Yvette. RER B à 17h18 pour Paris Châtelet les Halles (17h58). Z5.

Dimanche 1er septembre

* **De la vallée de l'Essonne à celle de la Juine** **René SOUTHON 15 km**
RV à 8h15 gare de Lyon. RER D à 8h23 pour la Ferté Alais (9h42) avec changement à Viry-Chatillon (9h01/9h08). GR11, GR1, Janville sur Juine, Lardy, Forêt du Belvédère, Chamarande. RER C à 16h41 pour Paris Austerlitz (17h37) Z5

** **De Conflans-Fin d'Oise à Chatou** **Michel JOUSSE 20 km**
RV à 8h55 à Châtelet les Halles *en milieu de quai*. RERA à 9h06 pour Conflans Fin d'Oise (9h37). Bords de Seine en suivant le GR2, rives de Gaillon, du Val d'Herblay, de La Frette sur Seine, de Sartrouville, du Pecq, de Croissy sur Seine puis de Chatou. RER A à 16h35 pour Châtelet les Halles (16h56) Z5

**** **Seine Rive Droite, Rive Gauche** **Sabine HALAY 30 km**
RV à 8h00 gare de Lyon. Train à 8h16 pour Champagne sur Seine (9h11) avec changement à Melun (8h42 / 8h49). Le Haut-Samoreau, Vulaines-sur-Seine, Héricy, Fontaine-le-Port, Samois-sur-Seine, Fontainebleau. Train à 17h32 pour Paris Lyon (18h13). Z5

Jeudi 5 septembre

* **Forêt de Ferrières** **Alain FORCADE 15 km**
RV à 9h25 à la sortie n° 3 (rue Aristide Maillol) **en tête de rame** de la gare RER A de Bussy-St Georges (direction Marne Vallée). RER A passant à 8h46 à Châtelet les Halles. Parc du Genitoy, Forêt de Ferrières avec vue sur le château de Ferrières, Ferrières en Brie, Etang de la Tafferette et la Buanderie du château, alignement des Totems, allée des Séquoias et Roissy en Brie. RER E à 16h41 pour Paris-Magenta (gare du Nord) (17h12). Z5.

*** **Juziers / Mantes la Jolie** **Manuela GARCIA 25 km**
RV à 8h10 gare St Lazare. Train à 8h30 pour Juziers (9h16). GR2 ,traversée des bois jusqu'à Fontenay st Père, Follainville . Mantes la Jolie. TER à 17h11 pour Paris St Lazare (17h51). Z5

Dimanche 8 septembre

* **" Rentrée en forêt "** **Jean Claude DENIS 10 km**
RV à 9h gare de Lyon. Train à 9h16 pour Fontainebleau(9h58). En direction de Cassepot, de la Behourdiere, pique-nique à la Table de Pierre. Puis par le carrefour d'Augas, la croix du Calvaire, Fontainebleau. Train à 16h32 pour Paris Lyon(17h13). Z5

* **Bords de Marne du côté de Lagny** **Alain FORCADE 16 km**
RV à 8h45 gare de l'Est. Train à 9h01 pour Lagny-Thorigny (9h24). Montée vers Carneton et descente sur la Marne en face de l'île de Loisirs de Jablines, bords de Marne rive droite, rive gauche en passant par le jardin de sculptures de la Dhuis, jusqu'à Lagny. Train à 16h33 pour Paris Est(16h57). Z5.

** **Forêt de Carnelle** **René SOUTHON 20 km**
RV à 8h45 gare du Nord. Train à 9h04 pour Villaines (9h38). (Dénivelée : +350m). Traversée de la butte de Carnelle qui culmine à 210m, en passant par la Pierre Turquoise (allée couverte), le lac Bleu, puis le flanc nord de la butte jusqu'à Viarmes. Train à 17h12 pour Paris Nord (17h54). Z5

Jeudi 12 septembre

*** Bords de l'Oise et vallée du Sausseron** **Alain FORCADE 15 km**
RV à 8h45 gare du Nord. Train à 9h00 pour Champagne sur Oise (9h52). Bords de l'Oise jusqu'à Parmain. Montée sur le coteau vers Nesles la Vallée et la vallée du Sausseron que l'on redescend jusqu'à Valmondois. Train à 16h46 pour Paris Nord (17h32). Z5.

***** Qu'en septembre il tonne, la vendange est bonne** **Hernan ALMEIDA 26 km**
RV à 7h35 gare de l'Est. Train à 7h49 pour Nanteuil-Saâcy (8h37). *Boucle. D +440 m.* C'est le début des vendanges ! Parcours à travers le vignoble de la Vallée de la Marne Ouest. La Marne, les vignes de Champagne à perte de vue, les coteaux du sud. Villages et patrimoines. Bois du Hatois. Train à 17h20 pour gare de l'Est (18h09). Z5

Dimanche 15 septembre

**** La pagode bien cachée** **Evelyne WOSINSKI 14 km**
RV à 8h55 gare de Lyon. RER D à 9h09 pour Comb-la-Ville-Quincy(9h44). Forêt de Sénart, Tigery, Lieusaint et Moissy Cramayel. Puis festin asiatique au monastère bouddhique de Moissy-Cramayel, prévoir 7 à 15€ (espèces). De Lieusaint-Moissy RER D à 15h55 pour Paris Lyon (16h34), trains toutes les 30mn. Z5.

Dimanche 22 septembre

**** Forêt de Rambouillet** **Claudine ORSINI 23 km**
RV à 8h05 gare de Montparnasse. Train à 8h20 pour Le Perray en Yvelines (9h19). Aufargis, le Pont de Granval, Bois des Vindrins, Aqueduc de Vielle Eglise, Carrefour d'Angivilliers et Rambouillet. TER à 17h19 pour Paris Montparnasse (17h53) Z5.

***** Randos nautique et pédestre : Le Grand Morin** **Hernan ALMEDIA 6km/13km**
RV à 9h00 gare de l'Est. Train à 9h17 pour Faremoutiers-Pommeuse (10h09). Lumières, couleurs et paysages du début de l'automne. Parcours nautique en canoë 2h30 de Pommeuse à Guérard, départ à 10h30. Puis rando pédestre par les chemins guérardais. Gare Guérard-La Celle-sur-Morin train à 16h50 pour gare de l'Est (17h42). Z5
Savoir nager 25m et s'immerger. Inscriptions par courriel ou téléphone auprès d'Hernan dès réception ce programme. Coût 25€ location matériel par chèque à l'ordre du TCF ou par virement bancaire au TCF IBAN : FR76 3000 3027 3600 0500 0527 935.

Jeudi 26 septembre

**** Pays Briard et méandres de l'Yerres** **Didier THOUENON 17 km**
RV à 8h40 gare de Lyon. RER D à 8h51 pour Boussy Saint-Antoine (9h23). Closerie Falbala, fondation Dubuffet, Mandres les Roses, moulin de Périgny, moulin Rochopt, Brunoy, bords de l'Yerres par le GRP des vallées de l'Essonne, Parc Caillebotte. RER D à Montgeron-Crosne à 16h31 pour Paris Lyon (16h52). Z5 / Z4.

**** Autour de la forêt de Nemours** **Jacques MUSY 22 km**
RV à 8h05 gare de Lyon. Train à 8h16 dir Montargis pour Nemours(9h23). Départ en dir de l'église de St Pierre pour rejoindre le chemin du canal jusqu'à Bagneaux. On attaque la forêt en passant par Portonville et nous irons à la rencontre des Elfes au coeur de la taïga. Retour à la civilisation en passant au large du Château de Nemours par le châtelet. Train 17h35 pour Paris Lyon(18h40). Z5

Dimanche 29 septembre

FÊTE D'AUTOMNE DU TCF A PROVINS

Réservée aux adhérents, famille et amis

POINT DE RENCONTRE : A **12h30** à la Halle près de l'Office du Tourisme à 200 m de la Porte St Jean. Accès par le 4 chemin de Villecran ou le vieux chemin de Paris (à 2 km de la gare de Provins)

HORAIRES :

12h30 **apéritif offert par le TCF**

13h env. **repas partagé**

Selon la tradition nous vous remercions d'apporter une boisson ou un mets (plutôt salé ou sucré) à partager, ainsi que de l'eau chaude pour le café.

N'oubliez pas de venir avec vos couverts, assiettes et gobelets personnels.

Nous ne sommes plus autorisés à les fournir lors de réunions collectives et cela évitera d'augmenter la taille du 5^{ème} continent de plastique.

RANDONNÉES DU MATIN :

Pour les non randonneurs : Train à 10h46 gare de l'Est pour la gare de Provins (12h10)

Prévenir avant pour aller vous chercher en voiture.

m Balade dans Provins

Didier THOUENON

2h00

RV à 8h30 gare de l'Est. Train à 8h46 pour Provins. (10h10). Z5

*** " Fête de l'Automne"**

Jean Claude DENIS

4+4 km

RV à 9h30 gare de l'Est. Train à 9h46 pour Provins (11h10).

Le matin en direction de la Haute Ville par la rue de la Friperie, la rue St Jean et la porte de Paris.

puis l'après-midi, la Grange aux Dîmes (visite si possible), Tour César et retour vers la gare. Train à 16h46 pour Paris Est (18h12) Z5

**** Mise en bouche avant la fête**

Jean-Antoine DU VILLARD 8 km

RV à 8h30 gare de l'Est. Train à 8h47 pour Ste-Colombe-Septveilles. (10h02). Ste Colombes, Septveilles, Poigny, Provins. Z5.

***** L'Est et le Nord de Provins**

René SOUTHON

9 km

RV à 8h30 gare de l'Est. Train à 8h47 pour Provins(10h10). On longe les rives de la Voulzie, on passe près de l'ancien Couvent, la Bretonnière, la vallée du Durteint, les remparts de Provins jusqu'à la porte St Jean et la Halle. Z5

ACTIVITES DE L'APRÈS MIDI : Promenades digestives plus ou moins longues Retour de Provins : Train toutes les heures à partir de 15h46 pour Paris gare de l'Est 1h25 après

ACTIVITÉS DE PLUSIEURS JOURS

RAQUETTES

Du samedi 25 janvier au samedi 1er février 2025

VAL DE MOUTHE.

Michel CHALARD - René SOUTHON

Une exploration hivernale de plus dans le Haut Doubs. Activité en cours de préparation.

Participation autour de 480€. Tous les détails dans le prochain bulletin.

Hébergement en hôtel **, 14 personnes maximum.

Inscription par mail ou téléphone, auprès de Michel dès réception de ce programme **et avant le 30 Septembre** dernier délai, **suivie d'un chèque d'acompte de confirmation** de 100€ établi à l'ordre du TCF, à envoyer à Michel **ou par virement** au TCF IBAN: FR76 3007 6020 3813 6066 0020 072 (avertir Michel par mail ou sms si ce mode de paiement est adopté).

RANDONNÉE

Du 2 au 6 septembre 2024

"IMMERSION MONASTIQUE"

Jean-Claude DENIS

3 jours de silence et de contemplation entre offices, repas, en silence dans les règles cisterciennes.

TGV lundi matin à 7h56 gare de Lyon pour Dijon, taxi pour Citeaux. Retour par Beaune vendredi matin. Visite des Hospices, restaurant et TER en soirée pour Paris Bercy.

Hébergement dans l'hôtellerie de l'Abbaye.

Participation autour de 210 € hors transport SNCF et taxi.

Inscription par mail ou tel. auprès de Jean Claude Denis, suivie d'un chèque d'acompte de 100€ à l'ordre du TCF à envoyer à Jean Claude ou par virement avec le code IBAN FR76 3000 3027 3600 0500 0527 935.

Du mardi 10 au vendredi 13 septembre 2024

L'ILE DE GROIX

Véronique DESTEUQUE – Claudine ORSINI

Deux jours complets sur l'île de Groix, joyaux de la Bretagne sud, connue pour ses sentiers côtiers, son patrimoine riche et diversifié : lavoirs, dolmens, ses chapelles, fontaines et ses plages.

Nombre de participants : 10 personnes

Hébergement en gîte confortable en demi-pension

Participation estimée à 350 euros traversées bateau incluses (hors transports SNCF)

Inscription par mail ou par téléphone auprès de Véronique ou Claudine, suivie d'un acompte de confirmation de 100 euros par chèque à l'ordre du TCF à envoyer au TCF ou par virement au TCF IBAN : FR76 3000 3027 3600 0500 0527 935.

Du 4 au 6 octobre 2024

RANDO COUSCOUS

Évelyne WOSINSKI – Hernan ALMEIDA

Trois jours de partage, de convivialité et de randonnée en Normandie à quelques pas d'Auffay, charmant village du patrimoine historique du terroir de Caux. Séjour diversifié : une soirée surprise, randonnée *** avec Hernan, randonnée visite ** avec Évelyne. Et, "le clou" du séjour : un couscous kabyle élaboré par notre amie membre TCF, Hassina AMARA.

Hébergement : Propriété privée mise à disposition, ancienne bergerie de style normand dans un environnement verdoyant avec suffisamment d'espace et de confort.

Nombre de participants : 15 personnes maximum.

Participation estimée : 120 euros hors transport (dont 7,5 euros de frais de dossier).

Inscription par mail ou par téléphone auprès d'Évelyne ou d'Hernan, suivie d'un acompte de 50 euros par chèque à l'ordre du TCF ou par virement bancaire au TCF IBAN : FR76 3000 3027 3600 0500 0527 935.