

BULLETIN PROGRAMME

N° 153

Décembre Janvier 2025

VIE DE L'ASSOCIATION

FÊTE D'AUTOMNE

Chaque année, à l'automne, nous nous retrouvons là sous cette halle récente, à Provins. Charpente en bois de chêne, couverture en tuile plate, sol en gravillons lavés, mobiliers massifs en chêne aussi. Pourquoi : simplement parce que l'on y est bien, tranquille à l'abri et ...entre nous. Entre nous pour partager, non seulement les préparations variées et boissons apportées par tous mais aussi pour engager des conversations du genre : *tu te souviens du jour où l'on est arrivé de nuit dans un déjà bien occupé* et aussi *tu vas aller où avec qui ?* etc...etc.... Des souvenirs, des projets, des nouvelles des uns et des autres. Des conversations d'adhérents quoi. Ce dimanche là il faisait gris et frais, seules les tablées étaient colorées et chaleureuses. Grand merci aux préparatrices dévouées et efficaces.

FÊTE DU NOUVEL AN LE DIMANCHE 12 JANVIER 2025

Cette fête des adhérents, aussi nommée Galette, aura lieu dans une salle du château de la base de loisirs de Bois le Roi que nous connaissons bien.

RV à 14h devant le bâtiment d'accueil à l'entrée de la base côté Bois le Roi. Cette entrée se trouve à un peu plus de 2km de la gare. Sur demande, une voiture attendra, au train de 13h48, les personnes qui ne souhaitent ou ne peuvent pas randonner.

Là, tous réunis, ce sera comme chaque année, le moment chaleureux et convivial pendant lequel nous fêtons la nouvelle année et nous nous retrouvons pour faire et refaire connaissance, pour nous raconter nos expériences et parler de nos projets de sorties.

Galettes et coupes de Crémant vous seront offertes pour agrémenter cette journée de lien entre nous.

Le matin, vous aurez le choix entre plusieurs randonnées vous conduisant vers le lieu du rendez-vous. Vous en trouverez tous les détails nécessaires dans le présent bulletin.

IMPORTANT : Pour bien vous accueillir à cette fête gratuite, nous vous demandons de vous inscrire dès maintenant.

BIENVENUE AUX NOUVEAUX ADHÉRENTS 2024/2025

Corine BOUVET, Nathalie CHARLES, Catherine DOUTRELIGNE, Marie-Claire HELIOT, Marie Françoise MONROC, Florence SCHWEITZER, Dominique TAGE, Denis VIRCHAUX

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE LE SAMEDI 7 DÉCEMBRE 2024

Avec le présent bulletin, vérifiez que vous avez bien reçu la convocation à notre Assemblée Générale annuelle. Venez nombreux, votre écoute et votre parole sont précieuses.

Si vous n'êtes pas en mesure d'être présent, merci de veiller à renvoyer votre pouvoir soit par courrier soit par courriel en l'ayant scanné. C'est important pour la tenue statutaire de cette AG

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

- Assemblée Générale 7 décembre 2024
- Fête du Nouvel An 12 janvier 2025

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 février – mars**, les projets de sorties de la journée et de plusieurs jours devront nous parvenir pour le **mardi 7 janvier** au plus tard par mail

SORTIES DE RÊVE, RÊVES DE SORTIES

Rando Couscous du 4 au 6 octobre 2024

Évelyne WOSINSKI – Hernan ALMEIDA

Une fin de semaine dans le Pays dieppois-Terroir de Caux en Normandie.

Entre la campagne, la mer et repas partagés...

Un groupe de 17 randonneurs a décidé de se lancer dans cette nouvelle aventure en vue d'atteindre la mer et le soleil. Avant le départ de Paris, d'autres surprises sont évoquées autour de la cuisine, de la table et du lieu d'hébergement. C'est une rando dédiée davantage au sens du goût qu'aux jambes.

Nous partons à la découverte de Rouen et d'Auffay et à la fin de la journée nous arrivons à la bergerie où nous attend un diner aux chandelles de bienvenue. Au lendemain, c'est la rando à Dieppe, la ville aux 4 ports et de retour à la bergerie nous partageons un diner normand. Le matin de notre dernière journée, une promenade nous fait découvrir l'autre partie de notre lieu de séjour: les pommiers, le château de Brennetuit. Vers midi, nous retournons à table pour partager la spécialité tant attendue : le COUSCOUS préparé par Hassina !

Un voyage gourmand exceptionnel, récit raconté au gré du climat et des rythmes de la nature, au gré de nos humeurs et des environnements vécus.

Pour celles et ceux qui s'intéressent à la version intégrale de cette chronique, contactez Évelyne ou Hernan.

Évelyne WOSINSKI, Hernan ALMEIDA

On a visité la maison de Raymond Devos à Saint-Rémy-les-Chevreuse, le 24 octobre 2024

- la guide : Raymond Devos habitait là, on est dans ses murs.
- le visiteur : c'était pas son toit ?
- la guide : Tais-toi ! Mais qui es-tu toi ?
- le visiteur : moi ? Je suis moi ! Et suis-moi si j'avance. Et si tu tues, toi, le dialogue est mort ! C'est un dialogue de sourds ! Tu es sûre qu'on va s'entendre ?
- la guide : oui mais uniquement si tu écoutes. Et si tu t'entends aussi tout seul c'est que tu t'oies, c'est que tu entends ta voix intérieure.
- le visiteur : c'est bon, je me tiens coi, quoi. Je lâche l'écoute, je me laisse bercer.
- la guide : bien. Mais s'entendre c'est universel, même les sourds s'oient, et sans attendre. Ne voulant plus rien entendre, la guide a fait la sourde oreille en fermant son sonotone. J'ai regardé le thermomètre pour savoir si on pouvait pique-niquer dehors car, pour savoir s'il fait froid, il fait foi. Et on a assuré notre remplissage métabolique sur la terrasse. En regardant l'Yvette, rivière qui rendait jaloux les mauvais élèves car elle pouvait suivre son cours tout en restant dans son lit. Sauf qu'avec les inondations elle est sortie de son lit et a mis le centre-ville dans de beaux draps. Elle était pourtant bien bordée. Paradoxe des rivières : elles peuvent couler tout en débordant. Cool ! Ensuite petite balade avec les randonneurs autour du château de la Madeleine à Chevreuse pour bien compléter la journée. La météo a plu car il n'a pas plu, mais en haut de la côte ils n'en pouvaient plus. J'ai posé la question de savoir si la journée avait été bonne. J'ai reçu une pluie de oui. Que d'ooooohhhh !
En d'autres termes, j'ai oui oui. C'est inoui ! Alors oyons et recommençons !

Didier THOUÉNON

ACTIVITÉS CULTURELLES

Dimanche 30 mars 2025

Rando Concert : Carmina Burana

Evelyne WOSINSKI 10 km

Après une courte randonnée d'environ 10km, une oeuvre aux puissants effets, 2 chorales et un orchestre qui interpréteront l'oeuvre magistrale de **Carl Orff : Carmina Burana**.

A 16h au Théâtre Gérard Philippe à Champigny-sur-Marne.

Réservation 06 13 72 70 07 ou billetterie@mairie-champigny94.fr. **A réserver rapidement !!!**

Les personnes intéressées peuvent contacter Evelyne.

ACTIVITÉS DE LA JOURNÉE

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, 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 la nouvelle billetterie Île de France, 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 28 novembre

**** St Germain (suite) et bords de Seine**

René SOUTHON 15 km

RV à 9h30 gare d'Achères Ville (RER A direction Cergy - RER passant à 9h à Auber). Forêt de St Germain en Laye , Etang du Corra, Conflans Ste Honorine (gare) , Gaillon, Herblay sur Seine. Train pour Paris St Lazare (Train toutes les 10 mn). Z5 / Z4.

**** En forêt de Sénart**

Robert PERRIN 20 km

RV à 8h10 gare de Lyon. RER D à 8h25 pour Evry-Val de Seine (9h07) avec changement à Viry-Châtillon. Forêt de Sénart en passant par le chêne d'Antin, maisons forestières de Montgeron et de la Faisanderie. Evry-Val de Seine. RER D à 16h35 ou 16h50 pour Paris Lyon(17h18 ou 17h32) avec changement à Viry Châtillon. Z5

***** Mégalithes 2 : La Femme et la Fille de Loth**

Hernan ALMEIDA 24 km

RV à 8h15 gare de Lyon. RER A à 8h29 pour Boissy-Saint-Léger (8h57). Le long des deux affluents de la Seine : l'Yerres et le Réveillon (91), sous le signe de l'histoire et des mégalithes. Pas moins de cinq menhirs préhistoriques jalonnent le parcours dont l'alignement des Pierres Frites. Gare de Brunoy RER D à 16h24 pour Paris Lyon (16h52). Z5

Dimanche 1er décembre

* **" Le Lavoir "** **Jean Claude DENIS 10 km**
RV à 9h gare de Lyon. Train à 9h15 pour Fontainebleau Arrêt en forêt (9h55). En direction de Samois par la route d'Aumale. La Turlure, pique-nique au Lavoir. Puis par le GR2, le TMF Fontainebleau. Train à 16h31 pour Paris Lyon (17h13). Z5

* **Tour des marais de Mennechy** **René SOUTHON 17 km**
RV à 9h15 gare de Lyon. RER D à 9h34 pour Mennechy(10h34) avec changement à Viry-Chatillon (10h01/10h32). Mennechy, Echarcon, Ballancourt, Fontenay le Vicomte, parc de Villeroy, Mennechy. RER D à 16h56 pour Paris Lyon (17h57) avec changement à Viry-Chatillon (17h19/9h27).Z5

** **Forêt de Fontainebleau** **Claudine ORSINI 20 km**
RV à 8h25 gare de Lyon. Train à 8h45 pour Fontainebleau (9h26).Carrefour de la Croix d'Augas, Tour Denicourt, Carrefour des Ecouettes, Rocher de Samois et Fontainebleau. Train à 16h31 pour Paris Lyon (17h14) Z5.

**** **La mer de sable de Nemours** **Sabine HALAY 27 km**
RV à 8h00 gare de Lyon. Train à 8h15 pour Bagneaux-sur-Loing (9h28). Après avoir longé le canal du Loing, nous changeons de rive au Moulin de Glandelles pour aller dans la forêt de Nanteau-Poligny, y traverser la mer de sable, puis la grotte du Troglodyte (GR13), suivies des Crottes du Loup pour arriver à Nemours. Train à 16h33 pour Paris Lyon(17h43). Z5

Jeudi 5 décembre

* **Franchard coté Nord** **Alain FORCADE 15 km**
RV à 8h30 gare de Lyon. TER à 8h46 pour Fontainebleau (9h27). Bus 3421 à 9h29 pour Barbizon (9h54). De Barbizon en passant par le pt de vue du Camp d'Arbonne, on rejoint le bleu n° 7 partie nord que l'on suit jusqu'à l'Ermitage de Franchard. Retour sur les Lilas par la route de l'Ermitage. Bus 3401 à 16h36 pour Fontainebleau(16h53). Train à 17h02 pour Paris Lyon (17h43) Z5

** **De Vernou à Fontainebleau** **René SOUTHON 22 km**
RV à 8h gare de Lyon. Train à 8h16 pour Vernou la Celle(9h17), avec changement à Melun (8h42/8h49).Vernou, La Celle sur Seine, St Mammes, Moret Veneux les Sablons, carrefour de la Croix de Montmorin, Fontainebleau. Train à 16h32 pour Paris Lyon (17h13). Z5

*** **Traversée ouest du Parc de la Brie et des Deux Morin 1/4** **Hernan ALMEIDA 26 km**
RV à 7h35 gare de l'Est. Train à 7h49 pour La Ferté-sous-Jouarre(8h30). Parcours de 104 km de gare à gare. Étape 1 : La Ferté-sous-Jouarre – Coulommiers. De la Vallée du Petit Morin à la Vallée du Grand Morin. Paysages variés, entre bois, champs cultivés et pâturages sur les coteaux, de charmants ruisseaux et un beau patrimoine bâti.Coulommiers Train à 16h38 pour Paris Est(17h42) Z5

Dimanche 8 décembre

* **" Pizza rando "** **Jean Claude DENIS 8 km**
RV à 9h gare de Lyon. Train à 9h16 pour Fontainebleau (9h56). En direction du parc et du centre ville. Pizza chez Mimi. En forêt selon la météo. Fontainebleau. Train à 16h01 pour Paris Lyon (16h43). Z5

* **Forêt de Meudon** **Alain FORCADE 15 km**
RV à 8h55 gare St Lazare. Train à 9h09 pour Chaville R-D (9h36). *Dénivelé +200m*. Un petit tour de la forêt de Meudon en passant par le Chêne des Missions, quelques étangs et les maisons de Jean Prouvé dans la cité jardin « Sans Soucis ». Retour de la gare de Bellevue à 16h43 pour Paris Montparnasse (16h56). Z3

***** Traversée ouest du Parc de la Brie et des Deux Morin 2/4 Hernan ALMEIDA 24 km**
RV à 8h40 à la sortie Sud (accès à la gare routière Sud) de la gare RER A de Marne la Vallée-Chessy. Montez en queue de rame. RER A passant à 8h00 à gare de Lyon. Bus Express17 à 9h00 pour Coulommiers (9h40). Parcours de 104 km de gare à gare. Étape 2 : Coulommiers – Faremoutiers. Vallée du Grand Morin. Alterne de brefs passages urbains, des chemins dans les bois, entre les prés, les jardins, les champs cultivés pour achever par le long de la rivière. Gare de Faremoutiers-Pommeuse train à 16h48 pour Paris Est 17h42. Z5

Jeudi 12 décembre

*** Forêt de la Commanderie Alain FORCADE 15 km**
RV à 8h00 gare de Lyon. Train à 9h16 pour Nemours(10h22). Un petit tour dans Nemours, puis on rejoint la forêt de la Commanderie, Grez-sur-Loing avec la Tour de Ganne. Bus n° 34 à 16h34 pour Paris Lyon (17h43) avec changement à Melun (17h09/17h15). Z5

**** Chelles Bussy Saint Georges Robert PERRIN 20 km**
RV à 8h10 gare de l'Est. Train à 8h31 pour Chelles-Gournay (8h44). Parc de Noisiel, base de loisirs de Torcy, parc de Rentilly, vallée de la Brosse, Bussy-St Georges. RER A à 16h48 pour Paris-Lyon (17h18). Z4/Z5

***** La grande traversée Pierre POUPARDIN 25 km**
RV à 8h15 à Chatelet-les-Halles, *au milieu du quai*, RER A à 8h25 pour Maisons-Laffitte (8h49). Traversée du Nord-Est au Sud-Ouest. Après un parcours dans Maisons-Laffitte et un cheminement le long de la Seine, accès à la forêt de St Germain, puis terrasse du Château, St Germain. RER A à 17h03 pour Paris. Z4

Dimanche 15 décembre

*** " Vallée des Chatons " Jean Claude DENIS 10 km**
RV à 9h gare de Lyon. Train à 9h16 pour Bourron Marlotte (10h16). En direction de Montigny par la Mare aux Fées, le Vallon des Trambieaux, pique-nique (table). Puis par la Vallée des Chatons, Montigny sur Loing. Train à 16h45 pour Paris Lyon (17h43) . Z5

*** Marion des Roches Alain FORCADE 15 km**
RV à 9h00 gare de Lyon. Train à 9h16 pour Bourron Marlotte (10h15). Mare aux Fées, Grotte Béatrix, massif et grotte de Marion des Roches, Moret Veneux les Sablons. Train à 16h53 pour Paris Lyon (17h43) Z5

**** Forêt de Saint Germain Claudine ORSINI 21 km**
RV à 8h35 gare St Lazare. Train ligne J à 8h53 pour Conflans fin d'Oise (9h22). On longera la Seine avant de rejoindre la forêt. Étang de Cora, l'Étoile de la Garenne, Pavillon de la Muette, Étoile du Tronchet et Maison Laffitte. RER A à 16h16 pour Paris Auber (16h36) Z5. à l'aller Z4 au retour.

***** Vernouillet sur Seine - Us André MAISONNEUVE 25 km**
RV à 8h gare St Lazare. Train à 8h16 pour Vernouillet (8h45). Nous traversons la Seine pour rejoindre Triel puis, par un GRP, Chanteloup-les-vignes. Par la ceinture verte, nous remontons au nord jusqu'à Courdimanche d'où nous gagnerons la Villeneuve-St Martin puis Us. Train à 17h22 pour Paris-St Lazare (18h15). Z5.

Jeudi 19 décembre

m* **Visite d'une exposition sur le vélo le matin et rando l'après midi** **Didier THOUÉNON 9 km**
RV à 9h20 à Denfert-Rochereau *milieu du quai*, dir St-Rémy les Chevreuse, RER B à 9h31 pour le Parc de Sceaux (9h45). Visite guidée de l'exposition *Roues libres* à l'Orangerie du Château de Sceaux de 10h30 à midi. Le vélo de ses débuts jusqu'à nos jours : les innovations techniques qui ont suivi la draisienne, le vélo et ses usages selon les époques et les milieux sociaux, le vélo et le sport cycliste. **Coût 6 €** par personne, à régler à l'entrée, sur la base de 20 personnes. L'après-midi, balade dans Antony jusqu'à Massy-Verrières sur le trajet de la Bièvre. RER B, vers 16h40 pour Paris rames toutes les 15mn . Z4

Inscription obligatoire auprès de Didier Thouénon. Visite limitée à 20 personnes maximum.

**** Forêts de Bois d'Arcy et Versailles René SOUTHON 17 km**
RV à 9h05 gare Montparnasse. Train à 9h20 pour Villepreux-les Clayes(9h58). Les Clayes sous Bois, Forêt de Bois d'Arcy, Fontenay le Fleury (gare), Bois Robert, St Cyr (gare), Bois de Satory, pièce d'eau des Suisses, Versailles Rive Gauche. RER C pour Invalides tous les 1/4 d'heure. Z5 / Z4

***** Boucle Montigny-sur-Loing Evelyne WOSINSKI 24 km**
RV à 8h gare de Lyon. Train à 8h16 pour Montigny-sur-Loing(9h11). Parcours en forêt domaniale de Fontainebleau, la Gorge aux Loups, Rocher de Boulogny, la Guette du long Rocher, Retour de Montigny-sur-Loing à 17h42 pour Paris Lyon (18h43). Z5.

Dimanche 22 décembre

**** Forêt de Dourdan Jean-Antoine DU VILLARD 18 km**
RV à 8h30 gare d'Austerlitz. Train à 8h45 pour Dourdan (9h48). Dourdan, carrefour de la Belette, maison forestière de l'Oye, carrefour du grillon, Ste Mesme, fontaines bouillantes, Dourdan. Train à 16h37 pour Paris Austerlitz (17h43) Z5

Dimanche 29 décembre

*** " Béatrix " Jean Claude DENIS 8 km**
RV à 9h gare de Lyon. Train à 9h16 pour Montigny (10h12). En direction de la grotte Béatrix, repas partagé aux chandelles. Retour à la gare de Montigny. Train à 15h45 pour Paris Lyon (16h43). Z5

*** Bouger entre les réveillons René SOUTHON 15 km**
RV à 9h05 gare Montparnasse. Train à 9h20 pour Sèvres RG (9h35), Sèvres, Parc de St Cloud, St Cloud, Passerelle de l'Avre, Bois de Boulogne, Porte Dauphine. Metro ligne 2, RER C ou Tram T3b. Z3 / Z1

***** Champagne-sur-Oise Evelyne WOSINSKI 22 km**
RV à 8h10 gare du Nord. Train à 8h26 pour Champagne-sur-Oise (9h25 avec changt à Valmondois). Parc Naturel Régional du Vexin Français, différents PR en passant par La Belle Joyeuse, bois des Vignes, bords de Seine. Retour de Champagne-sur-Oise à 17h10 pour Paris Nord (18h02). Z5.

Dimanche 5 janvier

**** Forêt de Versailles Claudine ORSINI 20 km**
RV à 8h35 gare Montparnasse. Train ligne N à 8h50 pour Saint Cyr l'École(9h20). Portes du bois Robert, du Cerf-Volant, Carrefour des Barrières, Etang des Ecrevisses et la gare de Chaville - Vélizy. RER C à 16h19 pour Paris Austerlitz (16h50) Z5 à l'aller Z3 au retour.

****** De Neauphle à Tacoignières Sabine Halay 28 km**
RV à 8h30 gare Montparnasse. Train à 8h58 pour Neauphle Villiers Pontchartrain (9h31). Forêt de Beynes, Autouillet, Flexanville, ferme de Moyencourt, Les Vignes, Tacoignières. Train à 17h12 pour Paris Montparnasse (18h02). Z5.

Jeudi 9 janvier

*** Odyssee lumineuse Parc floral de Paris** **Evelyne WOSINSKI** **8 km**
RV au métro Château de Vincennes à 17h30, Puis Parc Floral de Paris, entrée 13-€. Découvrir le Parc Floral de Paris sous un nouvel aspect, aventure féérique qui transforme le parc en royaume de lumière et magie. Parcours d'environ 1h30, Retour au métro Château de Vincennes. Z1

**** Le tombeau des chiens** **Jacques MUSY** **20 km**
RV à 8h05 gare de Lyon. Train à 8h16 pour Bois le Roi (8h50). Traversée de Brolles, carrefour du Chêne aux chiens, Tombeau des Chiens, Route de l'ancien bornage, Rocher Canon, Bois le Roi . Train à 17h37 pour Paris Lyon (18h13).

***** Autour de St Rémy** **André MAISONNEUVE** **26 km**
RV à 8h05 à St Michel Notre Dame sur le quai du RER B. Rame à 8h13 pour St Rémy (8h48). Par Chevreuse nous rejoindrons un PNR qui nous mènera au Mesnil-Sevins, la Brosse et St Lambert puis, par le moulin Tournay un PR desservant le poney club de Villeneuve d'où nous regagnerons St Rémy. RER B à 17h11 pour Paris toutes gares. Z5.

Dimanche 12 janvier

Fête du Nouvel An

Réservée aux adhérents et à leur conjoint

*Ne pas oublier de vous inscrire, avant le 9 janvier et d'apporter votre pique-nique.
Vous pouvez aussi apporter des chaussures légères pour l'intérieur*

N'oubliez pas de venir avec vos couverts, assiettes et gobelets personnels.
Nous ne sommes plus autorisés à les fournir depuis 2020 lors de réunions collectives et cela évitera d'augmenter la taille du 5^{ème} continent de plastique.

Les personnes ne souhaitant pas randonner, seront les bienvenues : RV à **14h** devant le bâtiment d'accueil à l'entrée de la base de loisirs, côté Bois le Roi. (rue de Tournezy)

*** " La fête des rois "** **Jean Claude DENIS** **8 km**
RV à 9h gare de Lyon. Train à 9h16 pour Bois le Roi (9h48). En direction du château de Tournezy par la Mare au Claviau, la Plaine de Sermaise. pique-nique (tables) puis galette au château. Z5

**** Avant la Galette** **Jean-Antoine DU VILLARD** **8 km**
RV à 9h00 gare de Lyon. Train à 9h16 pour Fontainebleau arrêt en forêt (9h55). Pont Victor, carrefours Napoléon, Tournezy, base de loisirs. Après- midi : environ 6 km vers Bois le Roi. Z5

***** Trouver la fève pour que le Bois soit Le Roi** **René SOUTHON** **11 km**
RV à 9h gare de Lyon. train à 9h16 pour Bois Le Roi (9h48). GR1, Table du grand Maître, Maison forestière de Bois le Roi, Pont Victor, base de loisirs. Galette. Z5

Pour toutes les randonnées : Retour de la gare de Bois le Roi, train toutes les demi-heures à partir de 16h06 pour Paris gare de Lyon 35 minutes après. Z5.

Jeudi 16 janvier

**** Iles et parcs des Hauts-de-Seine** **Didier THOUÉNON** **20 km**
RV à 9h Porte de Versailles devant le Tram T3 pour La Défense. Rame à 9h10 pour Issy Val de Seine. Ile Saint-Germain, Ile Seguin, Parc Brimborion, Parc de Saint-Cloud, Marnes la-Coquette. Retour gare Garches-Marnes la Coquette, ligne L à 16h23 pour La Défense (ou plus loin pour St-Lazare) (train toutes les 15mn). Z3.

***** Traversée ouest du Parc de la Brie et des Deux Morin 3/4 Hernan ALMEIDA 25 km**
RV à 8h00 gare de l'Est. Train à 8h17 pour Faremoutiers (9h09). Parcours de 104 km de gare à gare.
Étape 3 : Faremoutiers – Mortcerf. Rivière Aubetin avec sa cascade, lavoirs, Forêt de Malvoisine, sentiers en sous-bois. Champs, avec quelques portions goudronnées et des chemins, ruelles et sentes. Gare de Mortcerf train à 16h56 pour Paris Est (17h42). Z5

Dimanche 19 janvier

**** Les étangs de la Bièvre Jean-Antoine DU VILLARD 18 km**
RV à 8h45 gare Montparnasse. Train 8h58 pour Versailles-chantiers (9h10). Porte du Cerf-Volant, étangs de la Geneste, du Val-d'or et du moulin à Renard, bois de Satory, pièce d'eau des suisses, gare de Versailles-Château (rive gauche). RER à 15h55 pour Invalides (16h26). Z5.

***** Les coteaux de la Marne André MAISONNEUVE 25 km**
RV à 8h35 gare de l'Est. Train à 8h49 pour Nanteuil-Saacy (9h38). Par Charly et Bonneil, à travers les vignes de Champagne et en surplomb de la Marne, nous rejoignons Château Thierry. Train à 18h05 pour Paris Est (19h09). Z5 / HZ au retour.
Au retour, le train n'étant pas direct (le direct est à 17h36), prendre le supplément jusqu'à Nanteuil.

Jeudi 23 janvier

*** Entre Fontainebleau et Samois Alain FORCADE 16 km**
RV à 8h30 gare de Lyon. TER à 8h46 pour Fontainebleau(9h27). L'aller par la Croix du Calvaire, la Tour Denecourt, l'île du Berceau, Samois. Le retour par le Rocher de Samois, la halte en forêt, le circuit des Fontaines si l'on peut et Fontainebleau. Train à 16h32 pour Paris Lyon (17h13). Z5

***** Autour de la Solle Evelyne WOSINSKI 26 km**
RV à 8h gare de Lyon. Train à 8h16 pour Fontainebleau(8h55). Carrefour Constantin, belvédère de la Solle, Fontaine Sanguinède, la Mare aux Ligueurs. Retour de Fontainebleau à 17h32 pour Paris Lyon(18h13). Z5.

Dimanche 26 janvier

*** " Forêt de St Germain " Jean Claude DENIS 10 km**
RV à 9h30 à Etoile Charles de Gaulle *au milieu du quai*. RER A à 9h47 pour St Germain (10h11). Une boucle en forêt par le parcours sportif, pique-nique (table), retour par les Terrasses. St Germain. RER A vers 16h30 pour Paris Châtelet (vers17h). Z4

*** Les Chevaliers du Chaos Alain FORCADE 15 km**
RV à 8h30 gare de Lyon. Train à 8h46 pour Fontainebleau (9h27). Bus n°3401 à 9h32 pour Les Lilas (9h52). Le joli bleu n° 9 du Rochet Boulogny avec l'étonnante inscription des Chevaliers du Chaos, puis la grotte de la Biche Blanche sur le bleu sud n° 10 du Rocher d'Avon que l'on suit un petit peu. Retour sur Fontainebleau par le pied du Mont Andart. Train à 16h32 pour Paris Lyon (17h13) Z5

**** Forêt de Dourdan Claudine ORSINI 20 km**
RV à 8h30 gare d'Austerlitz. RER C à 8h45 pour Dourdan (9h48) Normont, Carrefour du Héron, Le Moulin du Pré, Carrefour de Nemours, les Buttes Blanches et Dourdan. RER. C à 16h37 pour Paris Austerlitz (17h48) Z5.

****** Traversée ouest du Parc de la Brie et des Deux Morin 4/4 Hernan ALMEIDA 29 km**
RV à 7h00 gare de l'Est. Train à 7h17 pour Mortcerf (7h57). Parcours de 104 km de gare à gare.
Étape 4 : Mortcerf – Meaux. Les plateaux de la Brie en longeant le Grand Morin et la Marne. Par le GR1, un segment du Grand Tour de Paris. Des champs, points de vue, la ville de Crécy-la-Chapelle aussi appelée la Venise briarde, Meaux. Train à 16h20 pour Paris Est (16h57). Z5

Jeudi 30 janvier

**** Autour de Trilport**

Robert PERRIN 19 km

RV à 8h25 gare de l'Est. Train à 8h49 pour Trilport (9h19). Randonnée variée entre la forêt de Montceaux et l'aqueduc de la Dhuys. Très belles vues sur le pays de Meaux. Beaux arbres en chemin (chênes centenaires de la forêt de Montceaux et très bel aulne glutineux en montant à Montceaux-les-Meaux). Trilport. Train à 16h38 pour Paris Est (17h09). Z5.

***** Traversée de la forêt**

Pierre POUPARDIN 25 km

RV à 8h05 gare de Lyon, Train à 8h16 pour Bois-le-Roi (8h48). D+ 350m De Bois-le-Roi à Avon. Cette randonnée traverse la forêt de Fontainebleau en suivant tour à tour les sentiers des GR@1, GR@11 et GR@13. Le tracé alterne entre balade dans les rochers -avec notamment quelques montées sportives- et segments plus calmes à l'abri du bois. Train à Fontainebleau à 17h02 pour Paris Lyon(17h53). Z5

ACTIVITÉS DE PLUSIEURS JOURS

RAQUETTES

Du samedi 25 au jeudi 30 janvier 2025

LA HAUTE VALLÉE DE LA CLARÉE

Sabine HALAY

Séjour dans le nord des Alpes de Hautes Provence proposé par un organisateur (Destinations Queyras) pour 8 personnes et un guide, coté 3 chaussures : en moyenne 5 h de marche avec dénivelé de +/- 700 m, à environ 2000 m d'altitude, sans difficultés techniques particulières. Parcours dans la vallée de la Clarée: cols des Muandes, du Raisin, du Chardonnet, du Buffère et crêtes de l'Échaillon ou de Baude.

Semi itinérant sans portage des bagages. Le parcours proposé prévoit une pause au refuge le midi, ce qui permet de randonner le matin sans porter le pique-nique et l'après midi sans les affaires de toilettes. Il y a 2 nuits dans un même refuge et donc une journée sans portage.

Les raquettes, bâtons, matériel de sécurité (DVA + pelle + sonde) sont fournis.

Hébergement : la 1ère nuit en hôtel à Névache, les suivantes en petits refuges confortables - en pension complète

Hébergement en petits refuges confortables - en pension complète

Train de Paris à Briançon A/R à la charge des participants.

Participation : 830 € (en attente de confirmation de l'organisateur).

Inscription par mail ou téléphone, auprès de Sabine dès réception de ce programme, suivie d'un acompte de 100 € par chèque à l'ordre du TCF à envoyer à Sabine ou par virement au TCF IBAN: FR76 3000 3027 3600 0500 0527 935.

Il y a encore des places - N'hésitez pas à appeler Sabine pour plus de renseignements

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.

Deux sorties par jour, de niveaux différents, en point fixe dans le village de Chaux Neuve, près de la source du Doubs. Village situé dans le Parc Naturel Régional du Haut Jura.

Participation autour de 480€.

Hébergement en hôtel **, 17 personnes maximum.

Inscription par mail ou téléphone, auprès de Michel dès réception de ce programme, **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).

Complet

RANDONNÉE

Du jeudi 3 avril au dimanche 6 avril 2025

LA BAIE DU MONT-SAINT-MICHEL VUE DE NORMANDIE

Sabine HALAY - Claudine ORSINI

Randonnée itinérante avec notre bagage sur le dos entre Avranches et Granville: les falaises de Champeaux, le bec d'Audaine, le pointe du Grouin du Sud, et, point d'orgue, la traversée de la baie à pied (accompagnée et commentée par un guide), de Genêts au Mont-Saint-Michel, en passant par Tombelaine, sur les pas des pèlerins du Moyen-âge. Entre 15 et 22 km par jour. (*La visite de l'abbaye du Mont-Saint-Michel n'est pas au programme*).

Départ le jeudi matin pour Avranches, retour de Granville le dimanche soir.

Hébergement : 2 nuits en Auberge de Jeunesse et 1 nuit à l'hôtel.

Participation estimée à 350 € hors transports SNCF.

Inscription par mail ou téléphone auprès de Sabine ou Claudine dès réception de ce programme, suivie d'un acompte de 100 € par virement au TCF : IBAN: FR76 3000 3027 3600 0500 0527 935.

Du samedi 3 au samedi 10 mai 2025

LAC DU SALAGOU

Michel CHALARD – Sabine HALAY – René SOUTHON

De nouvelles terres rouges à arpenter, dans le Haut Languedoc, après Le Rougier de Camarés en 2021 et le Massif de l'Estérel en 2023.

Participation autour de 460€ pour le moment

Hébergement en 1/2 pension en Mobil Home **** au bord du lac, **de 4 à 6 personnes**

Trois niveaux de randonnée chaque jour

Inscription par mail ou téléphone, auprès de Michel dès réception de ce programme **et avant le 15 décembre** 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 code IBAN: FR76 3000 3027 3600 0500 0527 935 (avertir Michel par mail ou sms si ce mode de paiement est adopté).

Inscription en liste d'attente.

A partir de la mi-mai

OUESSANT

Véronique DESTEUQUE – André MAISONNEUVE

En préparation 6 jours de randonnée : pointe Saint Matthieu, le Conquet, Ouessant et Molène.

Limité à 12 personnes pour cause d'hébergement.

Pour le solstice du printemps, juin semaine 25:

DU CIEL ET DES HOMMES

Evelyne WOSINSKI

En préparation : Parc Naturel Régional du Morvan, séjour de randonnée, visite immersive de la basilique de Vezelay. Puis expérience en astronomie, et observation des astres par un astronome amateur,,en préparation,

Nombre de participants : 8 personnes.