

# Résumé des Randos du 2ème trimestre 2024

Le programme ci-dessous est un extrait de notre programme des randonnées de la période, avec les caractéristiques principales de la sortie : destination, kilométrage, lieu de rendez-vous...

## **RANDONNEE – PROMENADE :**

Allure moyenne de 3,5 à 4,5 km/heure. Les terrains de l'Île-de-France sont plus ou moins accidentés, et comportent souvent des dénivelées montantes et descendantes (différence d'altitude entre un point bas et un point haut ; en IDF, 70 à 80 m environ).

Equipement : chaussures de randonnées à tige montante et semelles crantées conçues pour tous terrains - sac à dos pour pique-nique, boisson et effets personnels.

## Avril 2024

Ma 02 – 23 km : Grand-tour de PARIS en 26 étapes : 16) De Fontaine-le-Port à Moret-Veneux-les-Sablons – Départ Gare de Lyon pour Fontaine-le-Port.

Me 03 – 17 km : Du Parc de Sceaux à la forêt de Verrières - Départ RER B pour le Parc de Sceaux.

Je 04 – 15 km : Boucle Bois-le-Roi autour du Rocher Canon, la Mare aux Evées et les bords de Seine – Départ Gare de Lyon pour Bois-le-Roi.

Ma 09 – 17 km : Sur les traces de Port-Royal des Champs - Départ Gare Montparnasse pour La Verrière.

Me 10 – 12 km : Boucle à partir d'Étréchy en traversant la Réserve Naturelle des Sites Géologiques de l'Éssonne et la Forêt Régionale d'Étréchy – Départ RER C pour Étréchy.

Ma 16 – 13 km : D'une ville ancienne à une ville nouvelle par les étangs de Cergy et l'Axe Majeur – Départ Gare Saint-Lazare pour Pontoise.

Me 17 – 13 km : La Gravine de Sorques, espace naturel sensible et roches de Marion - Départ Gare de Lyon pour Montigny-sur-Loing.

Je 18 - 16 km : De la Croix de Berny à la Gare de Robinson en passant par la coulée verte, le parc des Godets, le Bois de Verrière, le Parc de la Vallée aux loups et la Terrasse de Plessis Robinson - Départ RER B pour Croix de Berny.

Ma 23 – 23 km : De Moulin Galant à La Ferté-Alais en passant par les plans d'eau des communes d'Itteville, Baulne, Vert le Petit – Départ RER D pour Moulin-Galant.

Ma 23 – 15 km : En suivant les vallées de l'Yvette et de la Mérantaise par le bois d'Aigrefoin, le château de la Belle au bois dormant – Départ RER B pour Lozere.

Me 24 – 14 km : Sur le sentier de la Dhuis, les berges de la Marne à Meaux avec passage à la cathédrale et les jardins de l'Évêché – Départ Gare de l'Est pour Trilport.

Je 25 – 19 km : Vexin français, de Parmain à Valmondois : en chemin, la "célèbre fougasse" de la boulangerie de Nesles-la-Vallée - avec un peu de chance, nous verrons des jacinthes – Départ Gare du Nord pour L'Isle-Adam-Parmain.

Di 28 – 18 km : De La Frette à Triel par le panorama de la Seine à la Montagne, et Conflans-Sainte-Honorine et la fin d'Oise – Départ Gare Saint-Lazare pour La Frette-Montigny.

## Mai 2024

Lu 06 - 14 km : Boucle Egly : Pierre de Beaumirault, les Hauts de Bruyeres – Départ RER C pour Egly.

Ma 07 - 21 km : Grand-tour de PARIS en 26 étapes 17) De Moret-Veneux-les-Sablons à Nemours – Départ Gare de Lyon pour Moret-Veneux-Les-Sablons.

Me 08 – 12 km : Le petit brin de muguet, il se fait de plus en plus rare; mais peut-être que dans les bois de Malvoisine on en trouve encore ? – Départ Gare de l'Est pour Faremoutiers-Pommeuse.

Je 09 – 16 km : En forêt d'Armainvilliers, de Bussy Saint Georges à Armainvilliers - Départ RER A pour Bussy-Saint-Georges.

Me 15 – 15 km : De l'Orge au Bois de Baille par Saint-Sulpice-de-Favières - Départ RER C pour Breuillet-Village.

Lu 20 - 16 km : D'Etrechy à Chamarande – Départ RER C pour Etrechy.

Ma 21 – 25 km : De Melun à Mormant en passant par les châteaux de Vaux le Viconte et de Blandy-les-Tours – Départ Gare de Lyon pour Melun.

Me 22 - 7 ou 12 km : Sur les bord de l'Yvette et découverte du viaduc les Fauvettes construit en 1913, lieu de rencontre des grimpeurs – Départ RER B pour Bures-sur-Yvette

Je 23 - 17 km : De Rueil Malmaison au Pont de Sèvres en passant par la forêt de Malmaison, Vaucresson et le Parc de Saint Cloud - Départ RER A pour Rueil Malmaison.

Ve 24 - 14 km : En forêt de Fontainebleau par la Plaine Rayonnée, le Haut-Mont, la Malmontagne – Départ Gare de Lyon pour Moret-Veneux-Les-Sablons.

Ma 28 - 15 km : Promenade de l'Orge par la basilique N-D de Longpont – Départ RER C pour Arpajon.

Me 29 - 13 km : Trilport en boucle par les bords de la Marne en revenant par la forêt de Monceaux – Départ Gare de l'Est pour Trilport.

Me 29 – 22 km : De Bouffémont à Taverny par la forêt de Montmorency - Départ Gare du Nord pour Bouffemont.

## Juin 2024

Lu 03- 18 km : Auvers sur Oise : sur les pas de Van Gogh - Départ Gare du Nord pour Meriel.

Je 06 – 16 km : De Cesson à Savigny le Temple par Seine Port et la forêt du Rougeau – Départ RER D pour Cesson.

Ve 07 - 16 km : De la forêt de Grosbois au parc du Morbras par la forêt Notre-Dame - Départ RER A pour Boissy-Saint-Leger.

Ma 11 – 17 km : De l'étang d'Or à l'étang de la Tour en forêt de Rambouillet – Départ Gare Montparnasse pour Rambouillet.

Me 12 – 22 km : Boucle entre Viarmes et Presles – Départ Gare du Nord pour Viarmes.

Je 13 – 16 km : Seine et forêt de Fontainebleau : de Samoreau à Moret-Veneux-Les Sablons via la gare de Thomery – Départ Gare de Lyon pour Vulaines-sur-Seine-Samoreau.

Ma 18 – 25 km : Grand-tour de PARIS en 26 étapes 18) De Nemours à Malheshesherbes – Départ Gare de Lyon pour Nemours.

Me 19 – 15 km : En forêt de Sénart par la maison forestière de la Souche et la Croix de Villeroy – Départ RER D pour Brunoy.

Je 20 – 16 km : De Noisiel à Bussy-Saint-Georges par la Chocolaterie, l'île aux Loisirs de Torcy, la Butte des glases, Gouvernes, Les Châteaux et l'étang de la Broce – Départ RER A pour Noisiel.

Ma 25 – 17 km : Un soir d'été le long de la Marne entre Noisy-le-Grand et Joinville – Départ RER A pour Noisy-Champs-sur-Marne.

Ma 25 – 16 km : Une traversée de la forêt de Sénart par la Faisanderie – Départ RER D pour Boussy-Saint-Antoine.

Me 26 – 22 km : De Saint Mard à Meaux par les buttes témoins de la Goële – Départ Gare du Nord pour Dammartin-Juilly-Saint-Mard.

***Les équipes dirigeantes et d'animation vous souhaitent de belles randonnées printanières.***