

Liste des journées

Critères : Date 16/01/2026 et 31/01/2026

Vendredi 16 janvier 2026

0km / 2h30 M M. nordique Patrick Richard NORDIQUE au bois de Vincennes (RV Rer joinville et retour par Porte Dorée)

Aller : Gare RER A de Joinville 14h - Lieu de rendez-vous

Retour : métro Porte Dorée vers 16h30

Descriptif : RV salle des guichets. Retour par pte Dorée. / **Dénivelées :** NON

0km / 2h15 M M. nordique Elizabeth Séance au parc de Saint-Cloud - Alerte trafic T2

Aller : Devant l'entrée du Musée de Sèvres 09h15 - Lieu de rendez-vous

Retour : Musée de Sèvres M9 ou T2 vers 11h30

Descriptif : ALERTE TRAFIC T2 : jusqu'à fin février 2026, le tram T2 n'est plus accessible qu'à partir de la station "Suzanne Lenglen" (en raison d'importants travaux de modernisation interrompant le trafic entre Porte de Versailles et la station "Suzanne Lenglen"). Privilégier l'accès par la station de métro "Musée de Sèvres" ligne 9. Séance de marche nordique accessible aux débutants ayant leurs propres bâtons spécifiques de marche nordique (monobrins avec gantelets). N.B. L'absence d'indication de kilométrage distingue la séance de MN - basée sur la correction du geste avec exercices - de la randonnée basée sur un kilométrage programmé. / **Dénivelées :** OUI ()

14km S Randonnée Patrick Egloff Plaine de Versailles, parc et jardins du château

Aller : Gare de Paris Montparnasse (2217 13h20 Villepreux les Clayes (zone 5) 13h58 - Lieu de rendez-vous

Retour : Gare de Versailles RG 17h40 Invalides RER C 18h14

Descriptif : L'animateur montera dans le train à Versailles-Chantiers - allée de Villepreux - entrée dans le parc par la grille Royale - Grand Trianon - Bassin d'Apollon - Traversée des jardins - sortie par la grille d'honneur.Animateur 06 30 67 43 33 / **Dénivelées :** OUI (Total des montées 100m Total des descentes 90m)

18km M Randonnée Katherine Rejoignons les vallées de l'Essonne par le téléphérique

Aller : Métro: Crétel pointe du lac 10h45 La Vegetale 10h55

Retour : Boussy saint-Antoine vers 16h Gare de Lyon -RER D 16h30

Descriptif : Rendez vous au départ du C1 (le téléphérique francilien) nous partirons à l'horaire prévu. Au terminus de la ligne 8 (Crétel Pointe du Lac , le départ. Du C1 est bien indiquée) Bois de Grange, Vallées du réveillon et de l'Yerres Retour par le RER D , trains tous les 15 minutes / **Dénivelées :** OUI (Quelques dénivelés qui peuvent être glissantes)

26km S Randonnée Isabeau Aux confins orientaux du Vexin

Aller : Gare de Paris Nord banlieue surface 08h31 L'Isle Adam Parmain (zone 5) 09h19

Retour : Valmondois (zone 5) 16h36 Gare de Paris Nord 17h14

Descriptif : Itinéraire varié alternant champs, bois et villages pittoresques par Trou à Morts, polissoir, Hédouville, Frouville, Labbeville, Nesles la Vallée, bords de ruisseau, Verville. Trains fréquents au retour (horaire donné au plus tard) / **Dénivelées :** OUI (250m)

Samedi 17 janvier 2026

0km / 2h30 L M. nordique Annie I1-01 Sur inscription Sortie Découverte Bois de Vincennes

Descriptif : Inscription à l'accueil du RIF. Les bâtons vous seront fournis. Prévoir de préférence des chaussures à tige basse ; de l'eau. Une somme de 5€ vous sera demandée. Vous découvrirez le geste de la marche nordique, son rythme, les accélérations, les pauses. A bientôt. / **Dénivelées :** NON

10km M M. nordique Henri Marche nordique dans le Bois de Vincennes, avec un départ à 9H00

Aller : Métro Château de Vincennes 08h45 08h45 Aux bancs, devant l'entrée du Parc Floral 08h55 - Lieu de rendez-vous

Retour : Aux bancs, devant l'entrée du Parc Floral vers 11h30 Métro Château de Vincennes 12h

Descriptif : R.D.V Aux bancs, devant l'entrée du Parc Floral. Départ à 9h00. Pour marcheurs nordiques confirmés, capable de marcher à 4,5km/heure, équipés de bâtons d'un seul brin (non télescopiques) et possédant des gantelets spéciaux. Passages sur des chemins bitumés si les sentiers sont trop boueux. / **Dénivelées :** NON

13km M Randonnée Domi de Vaucresson à Saint Nom la Breteche

Aller : Gare Saint Lazare 11h44 Gare de Vaucresson 12h11

Retour : Saint Nom la Bretèche 16h50 Gare Saint Lazare 17h33

Descriptif : dans la forêt de Marly en passant par le parc du château pas de pause déjeuner dénivelées tel 0611763761 /

Dénivelées : OUI ()

18km S Randonnée Jacques Kili Matinée au nord !

Aller : Gare de Paris Nord banlieue(2227) 08h04 Ecouen Ezanville (zone 4) 08h26

Retour : Groslay (zone 4) 12h23 Gare de Paris Nord banlieue(2227) 12h39

Descriptif : Une seule pause à mi parcours / **Dénivelées :** OUI ()

20km M Randonnée Bernard Rouquat De Bures à St Rémy

Aller : Châtelet Les Halles B 08h38 Bures sur Yvette (zone 5) 09h17

Retour : St Rémy lès Chevreuse (zone 5) 16h23 Châtelet Les Halles B 17h12

Descriptif : Viaduc des Fauvettes , Gomez le Châtel ,l'ancienne voie de l'aérotrain et la voie verte .Pré-inscription pour le séjour à Albi.Cartes 2215OT et 2315OT / **Dénivelées :** OUI (+/-200 m)

22km M Randonnée Christiane Larue Cap sur le Vexin français

Aller : Gare Saint Lazare 08h23 Vaux sur Seine (zone 5) 09h06

Retour : Andrésy 16h54 Gare Saint Lazare 17h30

Descriptif : Nous passerons par le bois de l'Hautil, la côte de l'Aunay, Saillancourt, Courdimanche, Boisemont, Jouy-le-Moutier; pas d'inscription mais téléphone de l'animatrice 06 84 53 15 50. / **Dénivelées :** OUI ()

23km S Randonnée Bathilde Vers l'Abbaye de Royaumont

Aller : Gare du Nord ligne H 08h04 Luzarches 08h52

Retour : Luzarches 17h06 Gare du Nord 17h54

Descriptif : Nous frôlerons la forêt de Carnelle qui sera le centre d'une prochaine rando pour nous rendre à l'Abbaye de Royaumont. Pause sur place, pas de visite prévue. Contact : 0626761330 / **Dénivelées :** OUI (+/- 250)

Dimanche 18 janvier 2026

0km / 2h30 M M. nordique Noelle Marche nordique

Aller : Métro porte dauphine 09h Métro porte dauphine sortie 1 09h - Lieu de rendez-vous

Retour : "Bois de boulogne, vers la Porte Dauphine" vers 11h15 Bois de Boulogne 11h30

Descriptif : Séance ouverte aux débutants munis de leurs bâtons de marche nordique . / **Dénivelées :** NON

12km M Randonnée Christiane Larue Lac d'Ollainville et forêt de Bruyères-le-Châtel.

Aller : Saint-Michel- Notre-Dame 12h11 Egly (zone 5) 12h58 - Lieu de rendez-vous

Retour : Egly (zone 5) 16h59 saint-michel notre dame 17h47

Descriptif : Nous partirons le long de la Remarde et longerons en partie le lac pour rejoindre la forêt, nous passerons par Verville et la butte de Graffard ; pas de pause déjeuner, mais une pause dans l'après-midi, pas d'inscription mais téléphone de l'animatrice 06 84 53 15 50. / **Dénivelées :** OUI ()

16km M Randonnée Guy Ensminger On ne marche pas sur des oeufs, on les emprunte

Aller : Nation RER A 09h30 Sucy Bonneuil (zone 4) 09h52 - Lieu de rendez-vous

Retour : Métro: Créteil pointe du lac vers 17h

Descriptif : Rendez-vous à la sortie 1. Nous passerons par le parc du Morbras, la forêt de Notre-Dame, la forêt de Gros-Bois et la forêt de la Grange. AU retour, nous emprunterons le téléphérique C1 à la station Végétale (d'où le nom de la randonnée) Carte IGN 2415 OT / **Dénivelées :** OUI (+100m)

18km M Randonnée Patrimoine Bruno Sept abris de carriers au Rocher Cuvier-Chatillon

Aller : Gare de paris lyon 09h04 Bois le Roi (zone 5)-09h56 - Lieu de rendez-vous

Retour : Bois le Roi (zone 5) 16h09 Gare de paris lyon 16h54

Descriptif : Traversées de futaies et du chaos rocheux du Cuvier-Chatillon. 7 abris de carriers à découvrir. Rando courte mais sportive, beaucoup de hors GR. Se vêtir de vieux vêtements, ne pas oublier sa lampe frontale. Température prévue 10°. Trains toutes les heures en raison de travaux. / **Dénivelées :** OUI ()

18km M Randonnée Jacques Tronche Sensation très Carnelle et bien matérielle !

Aller : Paris gare du nord 09h04 Viarmes (zone 5) 09h45

Retour : L'Isle Adam Parmain (zone 5) 17h13 Paris gare du nord 18h02

Descriptif : Traversée du nord de la forêt de Carnelle puis balade le long de l'Oise. Par Noisy et Nointel. / **Dénivelées :** OUI (+310 m)

25km M Randonnée Jean-Jacques Legars Longue vie à Longueville.

Aller : Gare de Paris Est 08h47 Longueville (zone 5) 09h48

Retour : Longueville (zone 5) 18h05 Gare de Paris Est 19h12

Descriptif : Allure Moyen+. Parcours vallonné et varié autour de Longueville par Chalautre-la-Petite et Soisy-Bouy. Carte IGN 2616 SB. Tél de l'animateur 06 65 91 29 79. / **Dénivelées :** OUI (Dénivelées +400m environ.)

33km S Randonnée Jacques Kili Le Vexin oriental

Aller : Gare de Paris Nord banlieue(2227) 08h26 Valmondois (zone 5) 09h12

Retour : L'Isle Adam Parmain (zone 5) 17h13 Gare de Paris Nord 18h02

Descriptif : / Dénivelées : OUI ()

Lundi 19 janvier 2026

10km M M. nordique Jean Deprez Parc de Sceaux et Coulée verte Auntony.

Aller : La Croix de Berny (zone 3) 09h - Lieu de rendez-vous

Retour : Bourg la Reine vers 12h

Descriptif : Quel que soit votre moyen de transport, rendez-vous à 9h00 à la "Porte de la patte d'oie" du parc de Sceaux, en face de la gare RER.Parc de Sceaux + coulée verte vers Antony. Retour Bourg la Reine. / **Dénivelées :** NON

18km M Randonnée Daniel Leclercq fontainebleau

Aller : Gare de Paris Lyon 09h16 Gare de Montigny sur Loing 10h12 - Lieu de rendez-vous

Retour : Gare de Montigny sur Loing 16h45 Gare de Paris Lyon 17h43

Descriptif : / Dénivelées : OUI (ALLURE MOYENNE BASSE)

Mardi 20 janvier 2026

0km / 2h15 M M. nordique Patrick Lucas Bois de Vincennes côté Château

Aller : Château de Vincennes devant l'entrée du Parc Floral 09h

Retour : À l'entrée du Parc Floral 11h15 Château de Vincennes devant l'entrée du Parc Floral 11h15

Descriptif : Séance de marche nordique accessible aux débutants ayant leurs propres bâtons spécifiques de marche nordique (monoibrins avec gantelets), séance perfectionnement du geste. / **Dénivelées :** NON

12km M Randonnée Jean-Luc Petitpont Après-midi à Versailles

Aller : Gare de Paris Saint lazare 13h22 Gare de Versailles rive droite) 13h58 - Lieu de rendez-vous

Retour : Gare de Versailles rive droite) 17h45 gare de Paris Saint Lazare 18h24

Descriptif : Tour du parc de Versailles / **Dénivelées :** NON

12km M Randonnée Henri Une matinale en Forêt de Meudon

Aller : Paris Austerlitz RER C 08h21 Meudon Val Fleury RER C 08h56 - Lieu de rendez-vous

Retour : Chaville Rive Droite zone 3 12h40 La Défense 12h54

Descriptif : R.D.V sur le quai de la gare d'arrivée. Sortie pour des randonneurs capables de marcher et de rester à une allure de 4.3 km/h durant tout le parcours. Étangs de la Garenne et de Meudon. Carrefour du Renard. Pas de pause déjeuner. / **Dénivelées :** OUI (250 m de dénivélés cumulés positifs.)

30km S Randonnée Guy Ensminger On ne marche pas sur des oeufs, on monte dedans

Aller : Gare de Lyon -RER D 08h20 Combs la Ville Quincy (zone 5) 08h56

Retour : Métro: Crétel pointe du lac vers 17h30

Descriptif : le moulin du Breuil, Varennes-Jarcy, croix de Jarcy, le moulin de Périgny, bords de l'Yerres, la Pierre Frite, ancienne abbaye d'Yerres, fontaine de Budé, mont Griffon, le grand Haha, le château de la Grange, forêt domaniale des Camaldules et la Végétale. Nous emprunterons la ligne C1, le seul téléphérique en île de France, qui nous amène en 15 minutes environ à la station Crétel pointe du lac. Cartes IGN 2415OT / **Dénivelées :** OUI (+250m)

Mercredi 21 janvier 2026

0km / 3h0 M Randonnée Vie associative Bernard Rouquat Le tourisme à Montmartre et hors des sentiers battus

Aller : Métro: Anvers 13h30 - Lieu de rendez-vous

Retour : Métro: Marcadet Poissonniers vers 16h30

Descriptif : Le tourisme à Montmartre :Sacré Cœur, St Pierre de Montmartre , la maison rose, le Lapin Agile et hors des sentiers battus. / **Dénivelées :** OUI (Il y'aura des escaliers)

0km / 2h30 M M. nordique Brigitte A Bois de boulogne

Aller : Métro Porte d'Auteuil, sortie n°2 "Hippodrome" 09h Métro Porte d'Auteuil, sortie n°2 "Hippodrome" 09h - Lieu de rendez-vous

Retour : Métro Porte d'Auteuil vers 11h30

Descriptif : Séance de marche nordique accessible, aussi aux débutants munis de leurs bâtons. Séquences techniques prévues pour perfectionnement du geste / **Dénivelées :** NON

0km / 2h0 M M. nordique Elizabeth Séance de NORDIC YOGA® au Parc de Sceaux

Aller : La Croix de Berny RER B 09h30 - Lieu de rendez-vous

Retour : La Croix de Berny RER B vers 11h30

Descriptif : La séance de Nordic Yoga® propose une alternance de marche nordique et d'enchaînements de postures de yoga en position debout avec les bâtons. Pour en savoir plus, consulter la page d'accueil du site, onglet "Marche nordique", rubrique "Nordic Yoga®". LIEU DE RDV 9h30 : La Croix de Berny (RER B), entrée du Parc de Sceaux située en face de la SORTIE 1 "avenue du Général de Gaulle" (voir plan ci-dessous). / **Dénivelées :** NON

13km L Randonnée Brigitte CC Boucle en forêt de Fontainebleau

Aller : Paris Gare de Lyon 10h16 Fontainebleau Avon (zone 5) 10h58

Retour : Fontainebleau Avon (zone 5) vers 15h31 Paris Gare de Lyon 16h14

Descriptif : Tour du Mont Ussy avec une petite montée sur le flanc ouest. Pause pique nique au sommet. Retour par la croix du Calvaire. / **Dénivelées :** OUI (une montée et une descente sans difficulté)

13km L Randonnée Jean-Claude Lance Camp de Chailly

Aller : Gare de Paris Lyon 10h16 Bois le Roi (zone 5) 10h45

Retour : Bois le Roi (zone 5) vers 17h gare de Lyon 50 mn plus tard

Descriptif : Balade en forêt de Fontainebleau. / **Dénivelées :** OUI (Peu de dénivélées.)

13km M Randonnée Michelle Lacayo D'un bois à l'autre.

Aller : Invalides RER C 10h34 Viroflay RG (zone 3) 10h59

Retour : Versailles Chantiers (zone 4) vers 16h30 Gare Montparnasse 17h01

Descriptif : Bois du Pont Colbert, Forêt domaniale de Versailles, Bois des Gonards. Quelques belles dénivélées mais nous irons doucement. / **Dénivelées :** OUI ()

13km M Randonnée Michèle Hamus Martinne à Bazoches !

Aller : Gare de Paris Montparnasse (2217 11h58 Villiers Neauphle Pontchartrain (zone 5) 12h31

Retour : Montfort l'Amaury Méré (zone 5) 17h25 Gare de Paris Montparnasse (2217 18h02

Descriptif : Suivons la Guyonne qui nous mène vers 3 villages intéressants à découvrir entre bosquets et pâturages. Si besoin 0610694423 Rv hall 4 ou sur le quai affiché / **Dénivelées :** OUI (Moyens)

20km S Randonnée Bathilde Parc de Sceaux - Vallée aux Loups - Coulée verte

Aller : Chatelet RER B 08h23 Bourg la reine RER B 08h44 - Lieu de rendez-vous

Retour : Montrouge ou Porte de Vanves vers 13h Gare Montparnasse 13h15

Descriptif : Nous nous retrouverons à la gare de Bourg la Reine place de la gare La fin de la rando sera la remontée vers Paris par la Coulée Verte. Multiples gares de retour possible, tram à Porte de Vanves 17km jusqu'à la gare de Montrouge-Chatillon 20 km jusqu'à la porte de Vanves Contact 0626761330 / **Dénivelées :** OUI (+/- 180m)

27km M Randonnée Jacques Kili Cap à l'ouest !

Aller : Paris Montparnasse 08h58 Orgerus Béhoust (zone 5) 09h45

Retour : Montfort l'Amaury Méré (zone 5) 17h25 Gare de Paris Monparnasse 18h02

Descriptif : / **Dénivelées :** OUI ()

Jeudi 22 janvier 2026

0km / 2h15 M M. nordique Patrick Lucas Bois de Vincennes côté Château

Aller : Château de Vincennes devant l'entrée du Parc Floral 09h

Retour : À l'entrée du Parc Floral 11h15 Château de Vincennes devant l'entrée du Parc Floral 11h15

Descriptif : Séance de marche nordique accessible aux débutants ayant leurs propres bâtons spécifiques de marche nordique (monobrins avec gantelets), séance perfectionnement du geste. / **Dénivelées :** NON

10km L Randonnée Nature et environnement Françoise Fabre ornithologie au parc des Chanteraines

Aller : Saint Michel RER C 08h Gennevilliers RER C 08h37

Retour : Gennevilliers RER C vers 12h Saint Michel RER C 12h36

Descriptif : Sortie ornithologique avec Chantal pour participants motivés avec jumelles et/ou livres d'ornithologie. Nombreux arrêts silencieux. Pas de piquenique. Rendez vous sur le quai à la station Saint Michel RER C direction Pontoise. Le parc des Chanteraines est un refuge LPO où stationnent régulièrement plus de 100 espèces d'oiseaux. / **Dénivelées :** NON

20km M Randonnée Claire Ménassol Quelle bonne idée....La Rémarde..!

Aller : gare de Paris Austerlitz RER C 08h45 Dourdan (zone 5) 09h48

Retour : saint chéron 16h47 Bibliothèque François Mitterrand RER C 17h41

Descriptif : Départ du matin direction Dourdan la Forêt. Bel itinéraire dans le Hurepoix en passant Bouc Étoudi,Saint Cyr Sous Dourdan. Pour notre pause de déjeuner nous aurons des tables et un abri Carte IGN 2216 ET / **Dénivelées :** OUI ()

20km S Randonnée Patrick Egloff De Auvers-sur-Oise à Champagne-sur-Oise

Aller : Gare de Paris St Lazare 09h15 (*Changement Pontoise 09h51 / 10h05*) Auvers sur Oise (zone 5) 10h16

Retour : Champagne sur Oise (zone 5) 16h35 Gare du Nord 17h29

Descriptif : Ravin des vallées - Côte à chien - Nesles-la-Vallée - la Côte au Loup - forêt de la Tour du Lay - le Rond du Lay - Champagne-sur-Oise. Carte IGN 2313OT.Animateur 06 30 67 43 33 / **Dénivelées :** OUI (Total des montées 260m Total des descentes 260m)

21km M Randonnée Jef Du nord au sud, à l'ouest

Aller : Gare de Paris Montparnasse 08h58 Plaisir Grignon (zone 5) 09h25

Retour : Les Essarts-le-Roi vers 16h33 Gare de Paris Montparnasse 17h26

Descriptif : Aller train direction Dreux. Une randonnée dans le parc naturel régional de la haute vallée de Chevreuse. 1/3 champs, 2/3 en forêt, difficulté moyenne avec quelques petites pentes pas méchantes. Plaisir, Chennevières, Le Tremblay sur Mauldre (repas avec abri), Saint Rémy l'Honoré, Les Essarts le Roi. Trains fréquents au retour. Cartes IGN 2214ET - VERSAILLES / **Dénivelées :** OUI (Dénivelé cumulé positif 240 m, négatif 180 m. 24 km effort. IBP index 59 niveau 3 difficulté moyenne.)

22km M Randonnée Bernard Oliot La haute vallée de l'Yvette

Aller : Gare de Paris Montparnasse 08h50 Coignières 09h39

Retour : Saint Rémy lès Chevreuse 3200) vers 16h41 Châtelet Les Halles 17h48

Descriptif : Ferme de Bellepanne, Maincourt sur Yvette, Château de Méridon. Pique nique à l'abri à la Mairie de St Forget. IGN 2215 OT / **Dénivelées :** OUI (+ 320m)

25km S Randonnée François Longatte De Dourdan à Saint-Martin d'Etampes

Aller : Gare d'Austerlitz 08h12 Dourdan (zone 5) 08h53

Retour : Saint-Martin d'Etampes 16h26 Gare d'Austerlitz 17h30

Descriptif : Une randonnée dans le Hurepoix Rendez-vous ligne C du RER Carte IGN 2216 ET En cas d'urgence : 06 31 00 61 98 /

Dénivelées : OUI (240 m)

Vendredi 23 janvier 2026

0km / 2h15 M M. nordique Elizabeth Séance au bois de Boulogne

Aller : Métro Porte d'Auteuil, sortie n°2 "Hippodrome" 09h15 - Lieu de rendez-vous

Retour : Métro "Porte d'Auteuil vers 11h30

Descriptif : Séance de marche nordique accessible aux débutants ayant leurs propres bâtons spécifiques de marche nordique (monobrins avec gantelets). N.B. L'absence d'indication de kilométrage distingue la séance de MN - basée sur la correction du geste avec exercices - de la randonnée basée sur un kilométrage programmé. / **Dénivelées :** NON

0km / 2h30 M M. nordique Patrick Richard Marche NORDIQUE au bois de Vincennes (RV : RER Nogent)

Aller : Gare RER A de Nogent) 14h - Lieu de rendez-vous

Retour : métro Porte Dorée vers 16h30

Descriptif : RV salle des guichets. Le retour sera à porte Dorée. / **Dénivelées :** NON

16km M Randonnée Katherine Ceinture Verte d'ile de France, Clap de fin

Aller : Gare du Nord ligne H 10h19 Bouffémont Moisselles (zone 5) 10h46

Retour : Méry sur Oise (zone 5) 16h19 Gare du Nord banlieue 16h59

Descriptif : Chaînon manquant de la ceinture verte d'Île de France, (en août dernier nous étions partis de Mery sur Oise) nous traverserons la forêt de Montmorency par sa lisière Nord. / **Dénivelées :** OUI (Secteur parfois accidenté)

20km M Randonnée Bernard Morio improvisations dans la forêt de Montmorency

Aller : Gare de Paris Nord banlieue surface 08h31 Taverny 09h02

Retour : Taverny (zone 4) 16h01 Gare de Paris Nord banlieue(2227) 16h32

Descriptif : improvisations dans la forêt domaniale de Montmorency et au château de la chasse Possibilité d'acheter des fromage à la ferme de Chauvry. IGN 2313 OT / **Dénivelées :** OUI ()

Samedi 24 janvier 2026

0km M M. nordique Elizabeth I1-02 Sur inscription Spéciale débutants : MN et proprioception au bois de Vincennes

Descriptif : Séance pour adhérents débutants déjà initiés, équipés de bâtons spécifiques de marche nordique (monobrins avec gantelets). S'inscrire directement auprès de l'animatrice par sms au 06 72 32 00 33 (6 adhérents max.). / **Dénivelées :** NON

7km L Randonnée Patrimoine Brigitte Favreau La famille Curie à Sceaux

Aller : Châtelet Les Halles RER B 13h15 ROBINSON RER B 13h45 - Lieu de rendez-vous

Retour : Croix de Berny RER B vers 16h30

Descriptif : Rando douce, allure lente 3km/h , plusieurs pauses avec brefs commentaires sur la première moitié du parcours. Conseil de lecture "Madame Curie" biographie écrite par sa fille Ève Curie , en poche chez Folio. RV à la sortie 2 rue de la gare de Robinson , petite gare historique sur la gauche niveau des voies *WC sur le quai, ne pas sortir par la nouvelle gare située au dessus des voies. Possibilité d'arrêter à mi-parcours en gare de Sceaux. / **Dénivelées :** NON

10km M M. nordique Henri Marche nordique dans le Bois de Vincennes, avec un départ à 9H00

Aller : Métro Château de Vincennes 08h45 08h45 Aux bancs, devant l'entrée du Parc Floral 08h55 - Lieu de rendez-vous

Retour : Aux bancs, devant l'entrée du Parc Floral vers 11h30 Métro Château de Vincennes 12h

Descriptif : R.D.V Aux bancs, devant l'entrée du Parc Floral. Départ à 9h00. Pour marcheurs nordiques confirmés, capable de marcher à 4,5km/heure, équipés de bâtons d'un seul brin (non télescopiques) et possédant des gantelets spéciaux. Passages sur des chemins bitumés si les sentiers sont trop boueux. / **Dénivelées :** NON

13km L Randonnée Philippe Regourd Etangs et forêt de Rambouillet

Aller : Gare de Paris Montparnasse 09h35 Le Perray (zone 5) 10h33

Retour : Rambouillet 16h19 Gare de Paris Montparnasse 16h51

Descriptif : Randonnée permettant de découvrir successivement les étangs du Perray, de la Tour et d'Or. Carte IGN 2215 OT. TER semi-direct au retour. / **Dénivelées :** OUI (Quelques dénivelées modérées.)

20km M Randonnée Patrimoine Bernard Rouquat Leçons de choses à Fontainebleau

Aller : Gare de Paris Lyon 08h20 Bourron Marlotte Grez (zone 5) 09h36

Retour : Moret Veneux les Sablons (zone 5) 16h24 Gare de Paris Lyon 17h15

Descriptif : De Bourron Marlotte à Veneux les Sablons. Pas de rochers.Cartes 2417OT et 2517SB / **Dénivelées :** OUI (+/- 150m)

21km M Randonnée Christiane Larue De Changis-sur-Marne à Trilport.

Aller : Gare de l'Est 08h49 Changis St Jean (zone 5) 09h26

Retour : Trilport (zone 5) 16h38 Gare de l'Est 17h09

Descriptif : Nous passerons par Montceaux-Lès-Meaux : ruines du château 16e siècle, Villemareuil : chapelle Saint-Fiacre, Saint-Fiacre et arriverons à Trilport par les bords de Marne; pas d'inscription mais téléphone de l'animatrice 06 84 53 15 50. /

Dénivelées : OUI ()

26km S Randonnée Bathilde Une petite envie de découvrir le GR1 ? Commençons par le Nord!

Aller : Gare du Nord ligne H 08h26 Taverny 08h57

Retour : Gare de Pontoise vers 17h

Descriptif : A Pontoise vous aurez le choix entre ligne H vers Gare du Nord, ligne J vers St Lazare et RER C. / **Dénivelées :** OUI (+/- 300 m)

26km S Randonnée Bathilde La Chalouette

Aller : Bibliothèque François Mitterrand RER C 08h05 Saint Martin d'Etampes 09h

Retour : Saint martin d' Etampes 16h56 Bibliothèque François Mitterrand RER C 17h55

Descriptif : La Chalouette nous conduira au beau village de Chalo-St-Mars Rdv à la gare de départ ou d'arrivée Nous viserons une voiture de tête dans le RER Au retour un RER toutes les 30 minutes Contact : 0626761330 / **Dénivelées :** OUI (+/- 300m)

Dimanche 25 janvier 2026

M Évènement Vie associative Jacques Tronche I2-06 Sur inscription Balade et visite du Musée de la Nacre à Méru (Oise) voir descriptif à la date de la sortie le lundi 23 février

Descriptif : / **Dénivelées :** NON

0km / 2h30 M M. nordique Noelle Marche nordique

Aller : Métro porte dauphine 09h Métro porte dauphine 09h - Lieu de rendez-vous

Retour : "Bois de boulogne, vers la Porte Dauphine" 11h15 "Bois de boulogne, vers la Porte Dauphine" 11h30

Descriptif : Séance ouverte exclusivement aux adhérents munis de leurs batons de marche nordique. Des séances d'initiation à la marche nordique sont programmées par le RIF. / **Dénivelées :** NON

16km M Randonnée Liliane Promenade du Trocadéro au Mont Valérien

Aller : Métro Trocadéro 10h - Lieu de rendez-vous

Retour : Suresnes Mont Valérien vers 15h36 Gare de Paris St Lazare 15h53

Descriptif : Place du Trocadéro , jardin du Ranelagh , bois de Boulogne et les lacs inférieur et supérieur, pique-nique au Parc Rothschild puis PR pour le Mont Valérien que nous contournerons dans sa partie haute . / **Dénivelées :** OUI (Au métro TROCADERO prendre sortie Tour Eiffel .)

16km S Randonnée Louis Kormann Bon bol d'air en forêt et parc

Aller : Gare de Paris st lazare 08h47 Vauresson (zone 4) 09h09 - Lieu de rendez-vous

Retour : St Cloud (zone 3) vers 13h Gare de Paris st lazare 13h30

Descriptif : Bois de Marnes, parc de St Cloud. Possibilité de repartir avec le T2 du pont de St Cloud. / **Dénivelées :** OUI ()

17km M Randonnée Katherine Escapade en val de Marne

Aller : Châtelet Les Halles RER A 10h14 Boissy St Léger 10h45

Retour : Champigny Saint Maur 16h Châtelet Les Halles 16h30

Descriptif : Forêt Notre Dame, rue de Morbras, bords de Marne, du vert à portée de RER Je vous j'attendrai au milieu du quai à Châtelet les Halles , mais vous pouvez prendre le RER au plus près de chez vous , nous nous retrouverons à Boissy St Léger / **Dénivelées :** OUI (Quelques raidillons possibles du côté de Chènnevières)

18km M Randonnée Jacques Tronche Hissez Vaucouleurs pour 2026 !

Aller : Paris saint Lazare 09h15 Mantes Station (zone 5) 10h12

Retour : Nézel Aulnay (zone 5) 17h08 Paris Montparnasse 18h11

Descriptif : La vallée de la Vaucouleurs, les lavoirs de Guerville, le bois de Mézerolles et le val de Seine vu de haut / **Dénivelées :** OUI (+350m)

19km M Randonnée Olivier Mayer Les cressonnières de Moigny....

Aller : Gare de Lyon -RER D 09h30 (*Changement Corbeil Essonnes (zone 5) 10h17 / 10h23*) Boutigny (zone 5) 10h48

Retour : Boutigny (zone 5) 17h40 (*Changement Juvisy (zone 4) 18h24 / 18h29*) Gare de Lyon -RER D 18h57

Descriptif : Le village de Moigny sur école, dans le parc régional du Gâtinais abrite 2 cressonnières encore en activité. Allons voir.... Trains aller RER D: 1er segment : direction Corbeil-Essonnes. 2ème segment: direction Malesherbes. / **Dénivelées :** OUI (Pas bien méchant : 230 m. dans chaque sens)

24km M Randonnée Bernard Oliot Boucle au sud d'Epône

Aller : Gare de Paris Saint lazare 08h16 Epône Mézières (zone 5) 09h03

Retour : Epône Mézières (zone 5) vers 17h27 Gare de Paris Saint lazare 2852) 18h17

Descriptif : Launay, Le Château Lourdon, Les Sablons, La Villeneuve. Pique nique à l'abri au lavoir de Goussonville. IGN 2113 ET, 2114 E / **Dénivelées :** OUI (+400 m)

31km S Randonnée Jacques Kili Une boucle nouvelle !

Aller : Bibliothèque François Mitterrand RER C 08h20 Saint martin d' Etampes 09h15

Retour : Saint Martin d'Etampess 16h56 Bibliothèque François Mitterrand RER C 17h56

Descriptif : / **Dénivelées :** OUI ()

31km S Randonnée Jacques Kili Pas loin du Loing !

Aller : Paris Gare de Lyon 08h16 Montigny-sur-Loing (zone 5)-09h09

Retour : Nemours-St Pierre (zone 5) 16h34 Paris Lyon 17h43

Descriptif : / **Dénivelées :** OUI ()

Lundi 26 janvier 2026

10km M M. nordique Jean Deprez Marche Nordique à Vincennes - Porte Dorée

Aller : Porte Dorée M8 ou T3 09h - Lieu de rendez-vous

Retour : Porte Dorée M8 ou T3 vers 12h

Descriptif : RV à 9h00 devant la boutique Team-Outdoor, 2 place Édouard Renard. Parcours improvisé dans le Bois de Vincennes en allure moyenne. Retour Porte Dorée vers 12h. / **Dénivelées :** NON

12km M Randonnée Domi De Trier sur Seine à Meulan Hardricourt

Aller : Gare saint Lazare lignej 12h15 Trier sur Seine (zone 5) 12h56

Retour : Meulan Hardricourt 17h17 Gare de Paris Saint lazare 18h03

Descriptif : De Triel à Meulan en suivant les 3 étangs Légers dénivélées Pas de pause déjeuner Tel 06 11 76 37 61 / **Dénivelées :** OUI ()

13km M Randonnée Marie-Hélène, Henri Une matinale sur les bords de Marne

Aller : Nation RER A 08h27 Sucy-Bonneuil 08h39 - Lieu de rendez-vous

Retour : Saint Maur Créteil RER A 12h40 Nation RER A 12h49

Descriptif : R.D.V à l'extérieur de la gare. Prendre la sortie n°1: "Place de la Gare". Sortie pour des randonneurs capables de marcher et de rester à une allure de 4.3 km/h durant tout le parcours. Parc de Morbras. Bords de Marne. Ile Sainte Catherine. Pas de pause déjeuner. / **Dénivelées :** OUI (+151m)

18km M Randonnée Daniel Leclercq fontainebleau

Aller : Gare de Paris Lyon 09h16 Fontainebleau Avon 09h56 - Lieu de rendez-vous

Retour : Fontainebleau Avon vers 16h32 Gare de Paris Lyon 17h13

Descriptif : / **Dénivelées :** OUI (allure moyenne basse. Possibilité de prendre le train de 17H02 à Fontainebleau.)

Mardi 27 janvier 2026

0km / 2h15 M M. nordique Patrick Lucas Bois de Vincennes côté Château

Aller : Château de Vincennes devant l'entrée du Parc Floral 09h

Retour : À l'entrée du Parc Floral 11h15 Château de Vincennes devant l'entrée du Parc Floral 11h15

Descriptif : Séance de marche nordique accessible aux débutants ayant leurs propres bâtons spécifiques de marche nordique (monoibrins avec gantelets), séance perfectionnement du geste. / **Dénivelées :** NON

26km M Randonnée Jacques Kili Vers les Mesnuls

Aller : Gare de Paris Montparnasse 08h58 Montfort l'Amaury Méré (zone 5) 09h37

Retour : Coignières (zone 5) 17h05 Gare de Paris Montparnasse 17h56

Descriptif : / **Dénivelées :** OUI ()

32km S Randonnée Patrick Egloff de Villiers-St-Fréderic à la forêt de Marly

Aller : GARE DE MONTPARNASSE 07h58 Villiers Neauphle Pontchartrain (zone 5) 08h31

Retour : Marly le Roi (zone 4) 17h10 Gare de Paris St Lazare 17h48

Descriptif : Chatron - la Carrière Blanche - Thiverval-Grignon - le Clos Chaudron - Crespières - forêt des Flambertins - plateau des Alluets - Ste Gemme - route des Joncs - route Royale - Etoile d'Armières -Etoile du Val - gare de Marly-le-Roi. 40% en forêt et 60% hors forêt. Animateur 06 30 67 43 33 / **Dénivelées :** OUI (Total des montées 370m Total des descentes 340m)

Mercredi 28 janvier 2026

0km / 2h30 M M. nordique Brigitte A Bois de boulogne

Aller : Métro Porte d'Auteuil, sortie n°2 "Hippodrome" 09h Métro Porte d'Auteuil, sortie n°2 "Hippodrome" 09h - Lieu de rendez-vous

Retour : Métro Porte d'Auteuil vers 11h30

Descriptif : Séance de marche nordique accessible, aussi aux débutants munis de leurs bâtons. Séquences techniques prévues pour perfectionnement du geste / **Dénivelées :** NON

12km L Randonnée Brigitte CC forêt de Fontainebleau, Rocher Cassepot

Aller : Paris Gare de Lyon (1627 10h16 Fontainebleau - Avon 10h58

Retour : Fontainebleau Avon (zone 5) vers 15h31 Paris gare de Lyon 16h14

Descriptif : Autour du Rocher Cassepot. Une pause Pique-nique / **Dénivelées :** OUI (Dénivelées moyennes)

13km L Randonnée Jean-Claude Lance Le Long Boyau

Aller : Gare Paris Lyon 10h16 Fontainebleau Avon (zone 5) 10h55

Retour : Fontainebleau Avon (zone 5) vers 17h Gare Paris Lyon 45 mn plus tard

Descriptif : Rendez vous derrière les portillons. Nous emprunterons le bus ligne 4501 à l'aller comme au retour, Navigo accepté. Belle balade en forêt de Fontainebleau. / **Dénivelées :** OUI (Très modérée.)

13km M Randonnée Michèle Hamus Forêt et Ruines Royales !

Aller : Paris gare de l' Est 11h45 Gare de Trilport 12h20

Retour : Gare de Trilport 2030 17h38 Gare de Paris Est ligne P 18h12

Descriptif : A découvrir : une belle forêt pour les chasses d'Henri 4, les ruines classées de son château , le village de Montceau les Meaux et vue sur la vallée de la Marne. Goûter en chemin Si besoin 0610694423 / **Dénivelées :** OUI (Moyens dans la première partie)

14km M Randonnée Michelle Lacayo De l'Yvette à la Mérantaise.

Aller : Châtelet Les Halles B 10h08 Courcelle sur Yvette (zone 5) 10h55

Retour : Courcelle sur Yvette (zone 5) vers 16h50 Châtelet Les Halles 17h30

Descriptif : Ferme d'Aigrefoin, Moulin d'Ors, le Fonds Guérin. Une belle grimpette au départ (75 m), ensuite quelques petites dénivélées. / **Dénivelées :** OUI ()

20km / 4h0 S Randonnée Bathilde Parc du château de Versailles

Aller : Gare Montparnasse 08h04 Gare de Versailles Chantiers 08h15 - Lieu de rendez-vous

Retour : Gare Versailles Chantiers 12h38 Gare Montparnasse 12h51

Descriptif : On se retrouvera à l'entrée du quai Gare Montparnasse ou à l'arrivée Parvis Arnaud Beltrame. Me contacter si besoin 06 26 76 13 30 Marche à un rythme soutenu/modéré pour prendre le temps d'apprécier. / **Dénivelées :** OUI (+/- 60 m)

26km M Randonnée Jacques Kili Prenons le trin (77) !

Aller : Gare de Paris Lyon 08h46 Montereau (zone 5) 09h44

Retour : Gare de Moret-Veneux les Sablons 16h57 Gare de Paris Lyon 17h40

Descriptif : / **Dénivelées :** OUI ()

Jeudi 29 janvier 2026

0km / 2h30 L Randonnée Patrimoine Jean-Luc Petitpont De la Concorde à la chapelle expiatoire

Aller : Métro Concorde 14h Métro Concorde 14h - Lieu de rendez-vous

Retour : Métro Concorde 16h30 Métro Concorde 16h30

Descriptif : Rendez-vous Métro Concorde , sortie 5 rue Cambon. Prevoir impérativement 7 euros pour la visite de la chapelle expiatoire. Je vous conterai la période de la terreur de 1793 avec l'exécution du roi et de centaines d'hommes célèbres sur cette place. Nous finirons par la visite de la chapelle expiatoire. / **Dénivelées :** NON

0km / 3h0 M Randonnée Vie associative Bernard Rouquat Le quartier de la Goutte d'Or

Aller : Métro: Simplon sortie 1 13h30 - Lieu de rendez-vous

Retour : Métro: Barbès-Rochechouart vers 16h30

Descriptif : Un drôle de nom pour un quartier .C'est un quartier très coloré à l'image de leurs lieux de cultes. / **Dénivelées :** NON

18km M Randonnée Claire Ménassol Oh...La Mare Marcou

Aller : Gare de Paris Lyon 09h15 Bourron Marlotte Grez (zone 5) 10h16

Retour : GARE DE NEMOURS 16h33 Gare de Paris Lyon 17h45

Descriptif : Très bel itinéraire entre forêts et de très beaux villages: Grez sur Loing, Villiers sous Grez. Carte IGN 2417OT /

Dénivelées : OUI ()

19km M Randonnée Françoise Fabre Entre la butte à faucheux et le bois de Croc

Aller : Austerlitz RER C 08h45 Breuillet Village 09h34 - Lieu de rendez-vous

Retour : sermaise 17h43 Austerlitz RER C 18h45

Descriptif : De vallons en collines: Le bois de Bâville , Saint Sulpice de Favières, Souzy la biche, Sermaise. carte 2216 ET

Pique-nique à l'abri pour le groupe. / **Dénivelées :** OUI (300 m)

19km M Randonnée Bertrand "Tout par amour..."

Aller : Paris Gare de Lyon 09h15 GARE DE NEMOURS 10h23

Retour : GARE DE NEMOURS 17h33 Paris Gare de Lyon 18h48

Descriptif : Concernant cette randonnée, il sera question : de Pierre-Samuel Dupont; de Saint-Jean-Baptiste; d'un vestige de la campagne de France de Napoléon; du Picardeau; du beau château de Montcourt-Fromonville; de Richelieu; de Patricia Highsmith; du charmant village de Grez-sur-Loing et enfin de la commanderie templière de Beauvais-en-Gâtinais (enfin de ce qu'il en reste). Rendez vous à la gare de Lyon HALL 1 ! Contact : 06 87 08 87 54 Carte IGN 2417 OT - Forêt de Fontainebleau / **Dénivelées :** OUI (Dénivelées très modestes (positives et négatives) de l'ordre d'une centaine de mètres.)

25km S Randonnée François Longatte Une virée à Château-Landon

Aller : Gare de Lyon 08h15 Souppes Château Landon (zone 5) 09h36

Retour : Souppes Château Landon (zone 5) 16h21 Gare de Lyon 17h45

Descriptif : De Souppes-sur-Loing nous gagnerons Château-Landon, petite ville du Gâtinais perchée en haut d'une falaise, en passant par l'Abbaye cistercienne de Cercanceaux (12ème siècle) avant de retourner à la gare de Souppes-sur-Loing. Carte IGN 2418SB En cas d'urgence : 06 31 00 61 98 / **Dénivelées :** OUI (274 m de D+)

Vendredi 30 janvier 2026

Évènement Katherine I1-12 Sur inscription Randonnée enfant , voir à la date du 24 février

Descriptif : nouvelle proposition de randonnée enfant , voir détail à la date du 24 février / **Dénivelées :** NON

0km / 2h15 M M. nordique Elizabeth Séance au parc de Saint-Cloud - Alerte trafic T2

Aller : Devant l'entrée du Musée de Sèvres 09h15 - Lieu de rendez-vous

Retour : Musée de Sèvres M9 ou T2 vers 11h30

Descriptif : ALERTE TRAFIC T2 : jusqu'à fin février 2026, le tram T2 n'est plus accessible qu'à partir de la station "Suzanne Lenglen" (en raison d'importants travaux de modernisation interrompant le trafic entre Porte de Versailles et la station "Suzanne Lenglen"). Privilégier l'accès par la station de métro "Musée de Sèvres" ligne 9. Séance de marche nordique accessible aux débutants ayant leurs propres bâtons spécifiques de marche nordique (monobrins avec gantelets). N.B. L'absence d'indication de kilométrage distingue la séance de MN - basée sur la correction du geste avec exercices - de la randonnée basée sur un kilométrage programmé. / **Dénivelées :** OUI ()

0km / 2h30 M M. nordique Patrick Richard MARCHE NORDIQUE au bois de Vincennes à partir de la station

"Liberte '". Ligne 8..

Aller : metro Liberté 14h - Lieu de rendez-vous

Retour : Gare RER A de Joinville vers 16h30

Descriptif : RV: sur le quai du metro en direction de pointe du lac. Petite traversée du bois . / **Dénivelées :** NON

0km / 2h30 S M. nordique Brigitte A Bois de boulogne

Aller : Métro Porte d'Auteuil, sortie n°2 "Hippodrome" 09h Métro Porte d'Auteuil, sortie n°2 "Hippodrome" 09h - Lieu de rendez-vous

Retour : Métro Porte d'Auteuil vers 11h30

Descriptif : Séance de marche nordique accessible aux marcheurs voulant se challenger et perfectionner leur vitesse. /

Dénivelées : NON

8km L Randonnée Patrimoine Brigitte Favreau Découverte du patrimoine de Clamart

Aller : Invalides RER C 13h08 Meudon Val Fleury RER C 13h30 - Lieu de rendez-vous

Retour : Soleil levant T6 vers 17h

Descriptif : Attendre l'animatrice à la sortie de la gare d'arrivée à Meudon val Fleury (WC en face du guichet billets). Allure lente 3 km/h maxi. Parcours varié, forestier et urbanisé. Parc Paumier, maisons singulières de Jacques Emile Lecaron, parc Maison blanche ,vieux centre ville de Clamart, parc forestier.Fin du parcours à la station du T6 "Soleil Levant" qui permet de rejoindre le terminus de la ligne 13 Châtillon Montrouge en moins de 15 minutes. / **Dénivelées :** OUI (Quelques montées un peu raides au départ, prendre des bâtons si nécessaire.)

Samedi 31 janvier 2026

6km L Randonnée Brigitte Favreau Flânerie dans Chatenay Malabry

Aller : châtelet les halles RER B 13h10 (Changement Croix de Berny 13h35 / 13h40) Malabry Tram T10 14h - Lieu de rendez-vous

Retour : Croix de Berny RER B vers 17h

Descriptif : Allure lente 3km/h maxi. Pour atteindre la station Malabry du nouveau tram T10: à la sortie du RER B Croix de Berny, prendre la correspondance pour le tram T10 et descendre à la station Malabry où je vous attendrai. Parcours: chemin forestier en lisière de la forêt de Verrières et de la cité jardin de la butte rouge, Théâtre La Piscine (possibilité d'arrêter la rando en reprenant le tram T10 à mi-parcours) , nouveau parc de la roseraie, traversée du vieux Chatenay, fin du parcours dans le parc de Sceaux : entrée par le pavillon de Hanovre et arrivée Croix de Berny. / **Dénivelées :** OUI (Faibles dénivélés)

7km L Randonnée Nature et environnement Hervé Abgrall le viaduc des fauvettes

Aller : châtelet les halles RER B 15h50 Bures-sur-Yvette 16h35 - Lieu de rendez-vous

Retour : Bures-sur-Yvette vers 19h15 châtelet les halles RER B 19h50

Descriptif : peut être un coucher de soleil sur le viaduc d'après la météo 3 jours avant. amener une lampe de poche. /

Dénivelées : OUI ()

10km M M. nordique Henri Marche nordique dans le Bois de Vincennes, avec un départ à 9H00

Aller : Métro Château de Vincennes 08h45 08h45 Aux bancs, devant l'entrée du Parc Floral 08h55 - Lieu de rendez-vous

Retour : Aux bancs, devant l'entrée du Parc Floral vers 11h30 Métro Château de Vincennes 12h

Descriptif : R.D.V Aux bancs, devant l'entrée du Parc Floral. Départ à 9h00. Pour marcheurs nordiques confirmés, capable de marcher à 4,5km/heure, équipés de bâtons d'un seul brin (non télescopiques) et possédant des gantelets spéciaux. Passages sur des chemins bitumés si les sentiers sont trop boueux. / **Dénivelées :** NON

10km M M. nordique Jean Deprez Vincennes (Parc Floral-Porte Dorée) - Spécial photos (voir descriptif)

Aller : Esplanade St Louis, devant l'entrée du Parc Floral 09h - Lieu de rendez-vous

Retour : Porte Dorée M8 ou T3 vers 12h

Descriptif : Parcours improvisé dans le bois de Vincennes en allure moyenne. Participation facultative à un shooting photographique : La commission communication du RIF va faire faire de nouveaux kakemonos (utilisés lors des salons) pour remplacer les anciens qui, esthétiquement et mécaniquement, laissent à désirer. Nous devons fournir quelques photos de marcheuses et marcheurs nordiques pour le kakemono MN. Celles que j'ai ont déjà servi plusieurs fois ou ne sont pas en haute résolution... Alors si vous voulez bien participer à l'effort de communication du RIF, vous en aurez l'occasion lors de cette sortie !! /

Dénivelées : NON

12km / 3h0 L Randonnée Patrimoine Jean-Luc Petitpont Visite de la ville de Versailles (hors château)

Aller : gare de Paris Saint Lazare 13h22 Gare de Versailles rive droite) 13h58 - Lieu de rendez-vous

Retour : Gare de Versailles rive droite 17h18 gare de Paris Saint Lazare 17h55

Descriptif : Visite de la ville de Versailles (hors château). Place du marché. Galerie des carrosses. Cathédrale. Salle du jeu de paume. Parc Balbi. Normalement c'est gratuit. Mais prévoyez quelques euros en cas de besoin. / **Dénivelées :** NON

20km M Randonnée Bernard Rouquat Autour de St Rémy les Chevreuses

Aller : châtelet les halles RER B 08h38 St Rémy lès Chevreuse (zone 5) 09h27

Retour : St Rémy lès Chevreuse (zone 5) 16h23 Châtelet Les Halles B 17h10

Descriptif : Par le château de Breteuil et les Molières.Carte 22150T / **Dénivelées :** OUI (+/- 200m)

22km M Randonnée Christiane Larue Cap au nord, de Belloy-en-France à Luzarches.

Aller : Gare du Nord ligne H 09h04 Belloy St Martin (zone 5) 09h42

Retour : Luzarches 17h06 Gare du Nord 17h54

Descriptif : Nous passerons par St-Martin-du-Tertre, les étangs de la forêt de Carnelle, Noisy, Asnières-sur-Oise et Viarmes pour regagner Luzarches. Pas d'inscription mais téléphone de l'animatrice : 06 84 53 15 50. / **Dénivelées :** OUI ()

24km S Randonnée Bathilde Les coteaux de la Petite Brie Verte

Aller : Gare de l'Est 08h17 Faremoutiers Pommeuse (zone 5) 09h11

Retour : Mortcerf 16h01 Gare de l'Est 16h44

Descriptif : Après le sud de la boucle de la Brie Verte à l'automne, nos pas nous conduiront dans les chemins du Nord /

Dénivelées : OUI (< 300)