



Section Randonnées Pédestres

LES VERTS SENTIERS

IMPORTANT

Il peut y avoir des changements de dernière minute liés à des impondérables. Pensez à consulter vos mails et ayez toujours sur vous le numéro de l'animateur.

CALENDRIER 3^{ème} TRIMESTRE 2024 Randonnées - Dimanche

Vérifiez bien le lieu de rendez-vous et soyez à l'heure ! Ceux qui partent de Paris, de Saint-Ouen, ou d'ailleurs peuvent nous rejoindre sur le parcours.

Attention : Nous pouvons être amenés à changer les *horaires et les lieux de RDV annoncés*. *Merci de bien vérifier ces informations dans nos messages de rappel envoyés avant chaque sortie.*

Prévoir le pique-nique pour les randonnées à la journée. Dans tous les cas, prévoir de la boisson pour toute la randonnée, un vêtement de pluie, de bonnes chaussures, sa licence FFRP et de la monnaie pour le transport.

De plus, pensez à vous munir de votre petite pharmacie personnelle, d'une couverture de survie, de pansements anti-ampoules ...

Pour tout renseignement concernant la randonnée et si vous nous rejoignez en dehors du point de rendez-vous, contactez l'animateur.

Il est possible de faire 2 randonnées d'essai avant d'adhérer au S.D.U.S. Les Verts Sentiers. Avec l'adhésion de 37€ (ou 45€ avec l'abonnement au magazine Passion Rando) il est demandé un certificat de non contre-indication à la pratique de la randonnée.

Pensez à consulter le site internet du SDUS - www.sdus.asso.fr □ Sports d'Entretien Loisirs Détente □ Randonnées Pédestres



Info sécurité : pendant la **période de chasse**, de septembre à février, si vous avez un gilet jaune, pensez à le prendre, conseil d'un chasseur!



Pendant l'été, il nous est difficile de vous donner des destinations et des horaires fiables. Il vous faudra consulter le rappel qui est envoyé dans la semaine précédant les randonnées.

DIMANCHE 21 JUILLET 2024 :

difficulté → 2 chaussures

VILLAINES EN BOUCLE :

20 km

- Forêt de Carnelle et village de Saint-Martin-du-Tertre

Rendez-vous : à 8h00 sur le parvis de la gare de Saint Denis pour prendre à 8h10 le RER H LOMI direction Luzarches. Ce train passe à Paris Gare du Nord à 8h04 - (durée du trajet : 28 min)

Tarif : 2 fois 1 ticket T+ zones 1-5 (2 x 5€) ou Pass Navigo

Contact : Camille 06 03 71 14 86

DIMANCHE 18 AOUT 2024 :

difficulté → 1 chaussure

PONTOISE en boucle :

20 km

- Les bords de l'Oise

Le lieu et l'heure du rendez-vous seront précisés lors du rappel.

Contact : Nouredine : 06 58 41 64 48

DIMANCHE 25 AOUT 2024 :

difficulté → 1 chaussure

SURVILLIERS FOSSES en boucle :

20 km

- Forêt de Coye

Rendez-vous : à 8h05 gare de St Denis sur l'esplanade pour prendre à 8h16 le RER D LOPA direction Orry la Ville.

Tarif : aller : 4,70 euros – retour : 4,70 euros. Ou Pass Navigo

Contact : Noëlle : 06 84 53 00 87

SAMEDI 07 SEPTEMBRE 2024 : FORUM DES SPORTS

DIMANCHE 08 SEPTEMBRE 2024 : Circuit sportif

difficulté → 3 chaussures

De VIARMES à LUZARCHES :

28 km

- Forêt de Chantilly et étangs

Possibilité d'écourter à la gare d'Orry-la-Ville-Coye (Hors Ile-de-France).

Rendez-vous : à 8h00 à la gare de Saint-Denis pour prendre le train de 8h10, ligne H LOMI direction Luzarches. Départ de ce train à la gare du nord à 8h04.

Tarif : 2 X 5€ ou Pass Navigo.

Contact : Martin : 06 18 79 05 01

DIMANCHE 15 SEPTEMBRE 2024 : Portes ouvertes

difficulté → 1 chaussure

De RIS-ORANGIS à BRUNOY :

16 km

- Forêt de Sénart, bords de l'Yerres

Rendez-vous : à 8h00 sur le parvis de la gare de Saint Denis pour prendre le RER D ROPO de 8h12, direction Corbeil-Essonnes. Changement à Viry-Châtillon (RER D Bovo) - (1h de trajet au total)

Retour par Brunoy (vers 16h)

Tarif: 5 € par voyage ou Pass Navigo

Contact : Michel 06 27 84 05 82

DIMANCHE 29 SEPTEMBRE 2024 :

difficulté → 2 chaussures

NEMOURS en boucle :

Quelques dénivelés - **20 km**

- Centre-ville médiéval, Forêt, rochers et carrières de sable, bords du Loing.

Rendez-vous : sur le parvis de la gare, horaires à venir

Tarif : Pass Navigo ou 5 € par voyage

Contact : Virginie : 06 62 13 27 53

Dates à retenir : Week-end longe côte les 5-6 octobre 2024.