

PLANNING DE RANDONNÉES Janvier et Février 2025



	<b>IBP 35 ou 47</b>	<b>dimanche 05 janvier</b> <b>Garches-Parc de St-Cloud-Puteaux</b>
RENDEZ-VOUS	10h05	Garches-Marnes-la-Coquette Ligne L
Transport ALLER	9h47	Gare St-Lazare direction St-Nom-la-Brétèche
BILLETS	Aller : Garches-Marnes-la-Coquette ligne L Retour : St-Cloud (a) ou Puteaux (b) Ligne L	
DISTANCE	13 km (a) ou 18 km (b)	
ANIMATION	Tineke	

	<b>IBP 62</b>	<b>dimanche 26 janvier</b> <b>Forêt de Verrières et Bièvres</b>
RENDEZ-VOUS	9h41	Gare de Massy-Verrières RER B
Transport ALLER	9h11	Châtelet RER B direction Massy Palaiseau
BILLETS	Aller : Massy-Verrières RER B Retour : Antony RER B	
DISTANCE	21 km	
ANIMATION	Tineke	

	<b>IBP 32 ou 50</b>	<b>dimanche 09 février</b> <b>Canal de l'Ourcq de Crouy à Lizy ou Isles</b>
RENDEZ-VOUS	10h23	Gare de Crouy sur Ourcq ligne P
Transport ALLER	9h37	Gare de l'Est ligne P direction La Ferté Milon
BILLETS	Aller : Crouy sur Ourcq Ligne P Retour : Lizy/Ourcq ou Isles-Armentières-Congis (4)	
DISTANCE	13 ou 20 km /\ vitesse de marche min. 4km/h	
ANIMATION	Janine	

<b>Rando Le Dimanche</b>
<b>Rando En semaine</b>
<b>Evènement</b>

NIVEAU DE DIFFICULTÉ

Ces niveaux sont donnés pour un randonneur en condition physique moyenne.

Un randonneur en moins bonne condition physique (pratique irrégulière, difficultés dans les montées ou au-delà d'une certaine distance) devra ajouter un niveau de difficulté à celui affiché.

Rythme semaine : 3,5 à 4 km/h

Rythme dimanche : 4 à 4,5 km/h

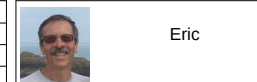
	0 - 25 TRÈS FACILE
	26 - 50 FACILE
	51 - 75 MOYEN
	76 - 100 DIFFICILE

	<b>IBP 32 ou 47</b>	<b>mercredi 08 janvier</b> <b>Les parcs aux abords du Canal de l'Ourcq</b>
RENDEZ-VOUS	9h24	Gare de Sevran-Livry RER B
Transport ALLER	8h59	Châtelet les Halles RER B dir. Mity-Clayes
BILLETS	Aller : Sevran-Livry RER B Retour : Vert-Galant (a) ou Villeparisis (b) RER B	
DISTANCE	13 km (a) ou 20 km (b)	
ANIMATION	Janine	

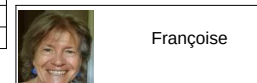
	<b>IBP 37</b>	<b>jeudi 30 janvier</b> <b>Le vieux Paris avec restaurant à midi (1)</b>
RENDEZ-VOUS	10h00	Métro Place Monge ligne 7 sortie 1
Transport ALLER	Métro ligne 7	
BILLETS	Aller : Métro Place Monge Retour : Nation métro ou RER A	
DISTANCE	15 km	
ANIMATION	Tineke	

	<b>IBP 36</b>	<b>mercredi 19 février</b> <b>Le parc floral du bois de Vincennes</b>
RENDEZ-VOUS	10h10	Métro St Mandé ligne 1 Sortie 4 rue du Parc
Transport ALLER	9h50	Métro Châtelet L1 dir. Château de Vincennes
BILLETS	Aller : Métro Saint Mandé ligne 1 Retour : Métro Porte Dorée ligne 8	
DISTANCE	15 km	
ANIMATION	Françoise	

L'équipe d'ANIMATION



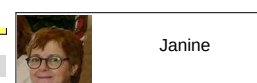
Eric



Françoise



Jean-Claude



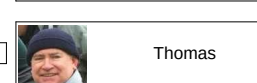
Janine



François



Tineke



Thomas

	<b>IBP 52</b>	<b>dimanche 12 janvier</b> <b>En forêt de l'Isle-Adam</b>
RENDEZ-VOUS	9H44	Gare de L'Isle-Adam Parmain
Transport ALLER	8H56	Gare du Nord Ligne H dir. Persan-Beaumont
BILLETS	Aller : L'Isle-Adam Parmain Retour : L'Isle-Adam Parmain	
DISTANCE	21 km	
ANIMATION	Eric	

	<b>IBP 56</b>	<b>dimanche 02 février</b> <b>Forêt de Fontainebleau &amp; Barbizon</b>
RENDEZ-VOUS	9H46	Gare de Bois-Le-Roi (2)
Transport ALLER	9H16	Gare de Lyon dir. Montargis ligne R (2)
BILLETS	Aller : Bois-Le-Roi Retour : Bois-Le-Roi	
DISTANCE	21 km	
ANIMATION	Eric	

	<b>IBP 59</b>	<b>dimanche 23 février</b> <b>Etampes et la vallée de la Juine</b>
RENDEZ-VOUS	10h13	Etampes Ligne C
Transport ALLER	9h20	Biblio. F. Mitterrand dir. St Martin d'Etampes
BILLETS	Aller : Etampes Retour : Etampes	
DISTANCE	21 km	
ANIMATION	Thomas	

	<b>IBP 39</b>	<b>lundi 20 janvier</b> <b>Osez Joséphine</b>
RENDEZ-VOUS	10h30	Gare de Rueil Malmaison RER A
Transport ALLER	10h15	Auber Direction St Germain-en-Laye RER A
BILLETS	Aller : Rueil Malmaison Retour : Rueil Malmaison	
DISTANCE	13,5 km	
ANIMATION	Jean-Claude	

	<b>IBP 32</b>	<b>mercredi 05 février</b> <b>A travers les bois du Val Paris</b>
RENDEZ-VOUS	9h53	Saint Leu La Forêt Ligne H
Transport ALLER	9h03	St-Lazare dir. Ermont Eaubonne ligne J (3)
BILLETS	Aller : Saint Leu La Forêt Retour : Saint Leu La Forêt	
DISTANCE	13 km	
ANIMATION	Thomas	

	<b>IBP 34</b>	<b>jeudi 27 février</b> <b>12, 20, 19</b>
RENDEZ-VOUS	10h30	Métro Daumesnil Sortie 2 Claude Décaen
Transport ALLER	Métro Lignes 6 ou 8	
BILLETS	Aller : Métro Daumesnil Retour : Métro Buttes Chaumont Ligne 7 bis	
DISTANCE	12 km	
ANIMATION	Jean-Claude	

NOTES

- (1) Bouillon République, Menu à 26€ comprenant kir, entrée, plat, dessert, boisson et café. **Inscription obligatoire** de préférence en ligne sur le site de PDR, Espace Adhérents, « Evènements et séjours » **au plus tard le 23 janvier 2025**. Paiement sur place
- (2) Horaires actuellement indicatifs, des travaux sont programmés ligne R
- (3) Changement à Ermont Eaubonne Train VOBA 9h46 dir. Valmondois
- (4) Ligne P – Changement à Meaux direction Gare de l'Est

INFOS

La dispersion s'effectue à la gare au départ du trajet de retour.  
Transilien ne donne les horaires que quelques semaines à l'avance : les horaires affichés ici pourront donc être modifiés.  
Des travaux SNCF annoncés tardivement peuvent perturber le trafic  
→ la veille des sorties, consultez la page « Prochaines sorties » sur notre site ou bien scannez le QR code :  
Pensez à vous enregistrer sur notre site pour recevoir automatiquement les dernières informations par mail.  
Sauf précision contraire, les gares sont situées sur le réseau transilien accessible avec le passe Navigo  
Pour la signification de l'IBP, consultez la page cotation des randonnées sur notre site internet



MARCHE NORDIQUE

<b>Janvier</b>	<b>PERFECTIONNEMENT</b>
	lundi 06 janvier 2025
	lundi 27 janvier 2025
	mercredi 29 janvier 2025

<b>Février</b>	<b>PERFECTIONNEMENT</b>
	samedi 01 février 2025
	mardi 04 février 2025
	jeudi 06 février 2025
	samedi 08 février 2025
	lundi 10 février 2025
	mercredi 12 février 2025
	samedi 15 février 2025
	mardi 18 février 2025
	jeudi 20 février 2025
	samedi 22 février 2025
	lundi 24 février 2025
	mercredi 26 février 2025
vendredi 28 février 2025	

INITIATION

L'initiation a lieu dans le parc des Impressionnistes de Clichy-La-Garenne. Le rendez-vous est à 9h25 près du terrain de pétanque.  
**Séances terminées pour la saison.**

PERFECTIONNEMENT

Le rendez-vous est à 10h00 dans le parc de Saint-Cloud près de l'entrée des Écoles, plus précisément dans l'allée près des toilettes

ANIMATION : JANINE