

PLANNING PRÉVISIONNEL DES RANDONNÉES Mars et Avril 2026



|                                                                                 |                                                        |                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|
|  | <b>IBP 50</b>                                          | <b>dimanche 01 mars</b><br><b>Forêts de Cheptainville et Saint-Vrain</b> |
| RENDEZ-VOUS                                                                     | 10h01 Gare de Lardy                                    |                                                                          |
| Transport ALLER                                                                 | 9h20 Biblio F Mitterrand RER C Dir St Martin d'Etampes |                                                                          |
| BILLETS                                                                         | Aller : Lardy                                          |                                                                          |
|                                                                                 | Retour : Marolles en Hurepoix RER C                    |                                                                          |
| DISTANCE                                                                        | 20 km                                                  |                                                                          |
| ANIMATION                                                                       | Thomas                                                 |                                                                          |

|                                                                                   |                                     |                                                                                |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
|  | <b>IBP 38 &amp; 38</b>              | <b>samedi 28 et dimanche 29 mars</b><br><b>Week-end dans la forêt d'Orient</b> |
| RENDEZ-VOUS                                                                       | 07h15 Devant la Mairie de Levallois |                                                                                |
| Transport ALLER                                                                   | 17h30 Départ du car                 |                                                                                |
| BILLETS                                                                           |                                     |                                                                                |
| DISTANCE                                                                          | Samedi 14 km - Dimanche 14 km       |                                                                                |
| ANIMATION                                                                         | L'équipe de Plaisir de Randonner    |                                                                                |

|                                                                                     |                                                          |                                                        |
|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|
|  | <b>IBP 52</b>                                            | <b>dimanche 19 avril</b><br><b>La vallée du Rhodon</b> |
| RENDEZ-VOUS                                                                         | 9h50 Gare de Trappes                                     |                                                        |
| Transport ALLER                                                                     | 8h35 Gare Clichy Levallois Dir Versailles RD ligne L (4) |                                                        |
| BILLETS                                                                             | Aller : Trappes (ligne L puis U)                         |                                                        |
|                                                                                     | Retour : Saint Remy-Les-Chevreuse RER B                  |                                                        |
| DISTANCE                                                                            | 20 km                                                    |                                                        |
| ANIMATION                                                                           | Janine                                                   |                                                        |

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

|                                                                                 |                                                    |                                                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|
|  | <b>IBP 42</b>                                      | <b>vendredi 06 mars</b><br><b>Forêt de Montmorency depuis Saint-Leu</b> |
| RENDEZ-VOUS                                                                     | 9h53 Saint-Leu-la-Forêt                            |                                                                         |
| Transport ALLER                                                                 | 9h18 Gare Saint Lazare Ermont-Eaubonne (1) Ligne H |                                                                         |
| BILLETS                                                                         | Aller : St Leu                                     |                                                                         |
|                                                                                 | Retour : Taverny (Ligne H)                         |                                                                         |
| DISTANCE                                                                        | 15,6 km                                            |                                                                         |
| ANIMATION                                                                       | François                                           |                                                                         |

|                                                                                   |                                                    |                                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|----------------------------------------|
|  | <b>IBP 43</b>                                      | <b>mardi 07 avril</b><br><b>Hanami</b> |
| RENDEZ-VOUS                                                                       | 10h26 Massy Verrières                              |                                        |
| Transport ALLER                                                                   | 9h56 Châtelet les Halles RER B Dir St Rémy lès Ch. |                                        |
| BILLETS                                                                           | Aller : Massy Verrières                            |                                        |
|                                                                                   | Retour : Robinson                                  |                                        |
| DISTANCE                                                                          | 14 km                                              |                                        |
| ANIMATION                                                                         | Jean-Claude                                        |                                        |

|                                                                                     |                                                |                                                  |
|-------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|--------------------------------------------------|
|  | <b>IBP 41</b>                                  | <b>mercredi 22 avril</b><br><b>Forêt de Coye</b> |
| RENDEZ-VOUS                                                                         | 10h52 Luzarches                                |                                                  |
| Transport ALLER                                                                     | 10h04 Gare du Nord Ligne H direction Luzarches |                                                  |
| BILLETS                                                                             | Aller : Luzarches                              |                                                  |
|                                                                                     | Retour : Luzarches                             |                                                  |
| DISTANCE                                                                            | 14 km                                          |                                                  |
| ANIMATION                                                                           | François                                       |                                                  |

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

|                                                                                 |                                               |                                                                 |
|---------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
|  | <b>IBP 59</b>                                 | <b>dimanche 15 mars</b><br><b>Forêts de St-Germain et Marly</b> |
| RENDEZ-VOUS                                                                     | 10h00 Gare Maisons-Laffitte                   |                                                                 |
| Transport ALLER                                                                 | 9h47 La Défense RER A direction Cergy le Haut |                                                                 |
| BILLETS                                                                         | Aller : Maisons-Laffitte                      |                                                                 |
|                                                                                 | Retour : Etang la Ville Ligne L               |                                                                 |
| DISTANCE                                                                        | 20 km                                         |                                                                 |
| ANIMATION                                                                       | Frédéric (2) et Tineke                        |                                                                 |

|                                                                                   |                                   |                                                                                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|
|  | <b>IBP 49</b>                     | <b>dimanche 12 avril</b><br><b>Route des anciens aqueducs et parc de Sceaux</b> |
| RENDEZ-VOUS                                                                       | 10h00 RER B Luxembourg - sortie 1 |                                                                                 |
| Transport ALLER                                                                   | Luxembourg RER B                  |                                                                                 |
| BILLETS                                                                           | Aller : RER B Luxembourg          |                                                                                 |
|                                                                                   | Retour : Bourg la Reine RER B     |                                                                                 |
| DISTANCE                                                                          | 20 km                             |                                                                                 |
| ANIMATION                                                                         | Tineke                            |                                                                                 |

|                                                                                     |                                                 |                                                               |
|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|
|  | <b>IBP 58</b>                                   | <b>dimanche 26 avril</b><br><b>Autour de la base de Cergy</b> |
| RENDEZ-VOUS                                                                         | 10h02 Gare de Triel sur Seine                   |                                                               |
| Transport ALLER                                                                     | 9h23 Gare St Lazare Dir Mantes-La-Jolie ligne J |                                                               |
| BILLETS                                                                             | Aller : Triel sur Seine                         |                                                               |
|                                                                                     | Retour : Cergy Préfecture RER A                 |                                                               |
| DISTANCE                                                                            | 20 km                                           |                                                               |
| ANIMATION                                                                           | Janine                                          |                                                               |

|                                                                                     |                           |
|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|
|  | <b>0 - 25 TRÈS FACILE</b> |
|  | <b>26 - 50 FACILE</b>     |
|  | <b>51 - 75 MOYEN</b>      |
|  | <b>76 - 100 DIFFICILE</b> |

|                                                                                 |                                                    |                                                                                 |
|---------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|
|  | <b>IBP 38</b>                                      | <b>mercredi 18 mars avec restaurant à midi (3)</b><br><b>d'Antony à Bièvres</b> |
| RENDEZ-VOUS                                                                     | 9h58 Gare d'Antony                                 |                                                                                 |
| Transport ALLER                                                                 | 9h38 Châtelet les Halles RER B Dir St Rémy lès Ch. |                                                                                 |
| BILLETS                                                                         | Aller : Antony                                     |                                                                                 |
|                                                                                 | Retour : Bièvres RER V (ex RER C)                  |                                                                                 |
| DISTANCE                                                                        | 15 km                                              |                                                                                 |
| ANIMATION                                                                       | Henry                                              |                                                                                 |

|                                                                                   |                                                      |                                                                   |
|-----------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|
|  | <b>IBP 45</b>                                        | <b>mercredi 15 avril</b><br><b>Saint-Cloud - Bois de Boulogne</b> |
| RENDEZ-VOUS                                                                       | 9h57 Gare de Saint-Cloud                             |                                                                   |
| Transport ALLER                                                                   | 9h39 Gare de Clichy-Levallois Ligne L Dir Versailles |                                                                   |
| BILLETS                                                                           | Aller : Saint-Cloud                                  |                                                                   |
|                                                                                   | Retour : Saint Cloud                                 |                                                                   |
| DISTANCE                                                                          | 16 km                                                |                                                                   |
| ANIMATION                                                                         | Henry                                                |                                                                   |



|                                                                                     |             |
|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------|
| <b>L'équipe d'Animation</b>                                                         |             |
|  | Éric        |
|  | Jean-Claude |

NOTES

- (1) Changement à Ermont-Eaubonne 9h46 St-Leu-la-Forêt Ligne H, Direction Persan-Beaumont
- (2) Frédéric animateur au club de Vélizy en tutorat brevet fédéral
- (3) Restaurant Le Grey à Verrière le Buisson :25€ p/personne : entrée, plat, dessert et café. **Inscription obligatoire** sur le site de PDR, Espace Adhérents **au plus tard le 6 mars 2026**. Paiement sur place
- (4) Changement à Chaville Rive Droite à 9h30 Dir La Verrière ligne U

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

| PERFECTIONNEMENT Mars |                  |
|-----------------------|------------------|
| Janine                | mercredi 04 mars |
| Janine                | samedi 07 mars   |
| Janine                | lundi 09 mars    |
| Erick                 | mardi 10 mars    |
| Janine                | vendredi 13 mars |
| Erick                 | mardi 17 mars    |
| Janine                | jeudi 19 mars    |
| Janine                | samedi 21 mars   |
| Erick                 | mardi 24 mars    |
| Janine                | mercredi 25 mars |
| Janine                | vendredi 27 mars |
| Janine                | lundi 30 mars    |
| Erick                 | mardi 31 mars    |

| PERFECTIONNEMENT Avril |                   |
|------------------------|-------------------|
| Janine                 | mercredi 01 avril |
| Janine                 | mercredi 08 avril |
| Janine                 | samedi 11 avril   |
| Janine                 | mardi 14 avril    |
| Janine                 | jeudi 16 avril    |
| Janine                 | samedi 18 avril   |
| Janine                 | mardi 21 avril    |
| Janine                 | samedi 25 avril   |
| Janine                 | lundi 27 avril    |
|                        |                   |
|                        |                   |
|                        |                   |
|                        |                   |
|                        |                   |

| 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 |  |

les séances de marche nordique sont animées par Janine et Erick

|                                                                                       |       |                                                                                       |       |
|---------------------------------------------------------------------------------------|-------|---------------------------------------------------------------------------------------|-------|
|  | Erick |  | Henry |
|---------------------------------------------------------------------------------------|-------|---------------------------------------------------------------------------------------|-------|

|                                                                                       |        |
|---------------------------------------------------------------------------------------|--------|
|  | Tineke |
|  | Thomas |