

RESUME des RANDONNÉES 1er Trimestre 2025

Le 24 Décembre 2024

Le programme ci-dessous est un extrait du programme des randonnées de la période, avec les caractéristiques principales de la sortie : destination, kilométrage, lieux 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.

Janvier 2025

Lu 06 – 17 km : Boucle Lizy sur Ourcq: Marne Eglise de Tancrou Château de la Trousse – Départ Gare de L'Est pour Lizy sur Ourcq.

Ma 07 – 22 km : Grand-tour de PARIS en 26 étapes

23) De Rambouillet à Orgerus en passant par l'Étang Rompu, le carrefour du Grand-Maitre et Montfort-l'Amaury - Départ Gare Montparnasse pour Rambouillet.

Ma 07 – 8 km : Balade dans le parc de Sceaux - Départ RER B pour Robinson.

Me 08 – 13 km : Une sortie qui commence forestière et se termine au milieu des rochers dans un sentier remarquable – Départ gare de Lyon pour Bois le Roi.

Me 15 – 8 km : Au Bois de Vincennes par le Jardin d'Agronomie Tropicale et l'Arborétum – Départ RER A pour Nogent sur Marne.

Je 16 – 19 km : Bourron-Marlotte - Fontainebleau: rando. en forêt de Fontainebleau puis, arrivée à la gare en longeant le "Grand canal" du château de Fontainebleau – Départ Gare de Lyon pour Bourron-Marlotte.

Ma 21 – 24 km : Boucle de Survilliers en passant par le château de la Borne Blanche, Orry-la-Ville, la Chapelle en Serval, Mortefontaine, Plailly et Saint-Witz – Départ Gare du Nord pour Survilliers-Fosses.

Me 22 – 11 km : Promenade bucolique en passant par Saint Yon, le Bois de Baville et Saint Sulpice de Favières – Départ RER C pour Breuillet Village.

Ve 24 – 7 km : De Nogent par les bords de la Marne et le Parc du Tremblay – Départ RER A pour Nogent sur Marne.

Di 26 – 24 km : De Chatou à Gennevilliers en longeant la Seine par le Stade Olympique de Colombes et le parc des Chanteraines – Départ RER A pour Chatou.

Ma 28 – 7 km : La coulée verte de Verrières-le-Buisson à Fonteney-aux-Roses par le Parc Heller – Départ RER B pour Massy-Verrières.

Me 29 – 12 km : Le Bassin de Trêvoix, Bruyères-le-Châtel et ses sentes, Ollainville – Départ RER C pour Egly.

Me 29 – 18 km : Bagneux sur Loing/Nemours par les Rochers de Beauregard. Forêts, Rochers, Plâtrières, cuvettes sableuses et la vieille ville de Nemours – Départ Gare de Lyon pour Bagneux sur loing.

Février 2025

Ma 04 – 7 km : Balade le long de l'Orge – Départ RER C pour Epinay-Sur-Orge.

Me 05 – 10 km : Un petit tour dans laForêt Régionale de Rougeau – Départ RER D pour Savigny le Temple.

Ve 07 – 19 km : Boucle Crouy sur Ourcq par Coulombs en Valois ; Oratoire Château de Bellevue Château de Gesvres – Départ Gare de l'Est pour Crouy sur Ourcq.

Ma 11 – 20 km : Grand-tour de PARIS en 26 étapes 24) D'Orgerus à Villiers-Nauphle – Départ Gare Montparnasse pour Orgerus.

Me 12 - 11 km : Promenade le long de l'Oise, avec un parcours dans la réserve naturelle des marais de Stars - Départ Gare du Nord pour Mériel.

Me 12 - 18 km : Les 8 polissoirs du néolithique de Fay-les-Nemours - Départ Gare de Lyon pour Bagneux sur Loing.

Je 13 - 17 km : De Noisiel à Noisy-le-Grand par la Grande Ile et le Parc de la Haute-Ile - Départ RER A pour Noisiel.

Me 19 - 6 km : Balade au Port aux cerises - Départ RER C ou RER D pour Juvisy.

Je 20 - 17 km : Les-Essarts-Le-Roi - Coignières - Départ Gare Montparnasse pour Les Essarts le Roi.

Ma 25 - 11 km : Découvrez votre ville au cours d'une des 5 étapes du tour de Paris par le GR 75 !
1 ère étape - Départ Métro ligne 1 pour Porte de Vincennes sortie Tram 3a.

Me 26 - 7 km : Le long de l'Yerres, de Brunoy à Crosne par le Parc Caillebotte - Départ RER D pour Brunoy.

Je 27 - 17 km : De la gare de Saint-Nom-la Bretèche à Rueil- Malmaison par la Forêt de Marly, le vieux village, le Parc et la Machine de Marly, le circuit Pissaro, les bord de Seine et l'Ile des Impressionnistes - Départ Gare Saint lazare pour Saint Nom la Breteche - Forêt de Marly.

Mars 2025

Ma 03 - 16 km : Boucle Isles Armentières : Usine élévatoire Canal de l'Ourcq Thérrouane Marne - Départ Gare de l'Est pour Isles Armentières.

Ma 04 - 23 km : Grand-tour de PARIS en 26 étapes

25) De Villiers-Neauphle à Vilennes-sur-Seine - Départ Gare Montparnasse pour Villiers-Neauphle-Pontchartrin.

Me 05 - 12 km : de parc en parc urbain par l'Île-Saint-Denis - Départ RER B pour la Plaine Stade de France.

Ve 07 - 12 km : Villennes sur Seine : Bois et champs de Breteuil et Marsinval. Vieux villages de Brézolles, Bures. Ferme de Marolles, coteaux de Villennes - Départ Gare Saint Lazare pour Villennes sur seine.

Ma 11 - 14 km : En forêt de Fontainebleau par la plaine rayonnée, le Haut-Mont, la Malmontagne - Départ Gare de Lyon pour Moret-Veneux-Les Sablons.

Me 12 - 13 km : Une boucle par la Roche-qui-sonne, le Puy Sauvage et le bois de Baune. Si c'est la période de la floraison des jonquilles on fera un petit détour pour en ramasser - Départ RER C ou RER D pour Juvisy.

Je 13 - 18 km : Sur les pas de Jean-Jacques Rousseau en forêt de Montmorency : de Groslay à Saint-Leu-la-Forêt - Départ Gare du Nord pour Groslay.

Ma 18 - 12 km : À la découverte des jonquilles en forêt de Sénart - Départ RER D pour Brunoy.

Me 19 - 13 km : La vallée de la Chalouette vue d'en haut et vue d'en bas - Départ RER C pour Saint Martin d'Etampes.

Je 20 - 18 km : Triel-sur-Seine - Meulan-Hardricourt - Départ Gare Saint Lazare pour Triel-sur-Seine

Ma 25 - 13 km : Boucle Meulan Hardricourt-Gaillon-Oinville sur Moncien la vallée de la Montcient, ses moulins, parcs et lavoirs de Oinville - Départ Gare Saint Lazare pour Meulan-Hardricourt.

Me 26 - 10 km : le Parc Inter-départemental des Sports de Choisy, et les bords de la Seine - Départ RER D pour Le Vert de Maisons.

Me 26 - 18 km : Boucle à partir de Crécy la Chapelle (Vallée du Grand Morin) - Départ Gare de l'Est pour Crécy la Chapelle.

Je 27 - 15 km : Du Pont de Saint-Cloud au Pont de Neuilly par le Parc de Saint Cloud (jardin Renaissance, Parc à la Française et Jardin anglais), les Terrasses surplombant la Seine, la Passerelle de l'Avre, Longchamp et Bagatelle (Bulbes jaunes et Clématites), Parc Saint James et ses Fabriques - Départ Métro ligne 10 pour Pont de Saint Cloud.

Ve 28 - 15 km : Le long de l'Orge et par la basilique de Longpont - Départ RER C pour Arpajon.



En attendant de vous retrouver, passez de très belles fêtes, prenez-soin de vous et à très bientôt.

L'équipe d'animation de la RSP.