



**Gardez la forme avec les bosses**  
**Circuit des 25 Bosses**  
**Randonnée pédestre en Forêt Domaniale de Fontainebleau**  
**Massif des Trois Pignons - Dimanche 18 septembre 2011**

**Organisation et encadrement :** Bernadette PARMAN  
**e-mail :** Vous pouvez m'écrire via le "kifaikoi" sur le site du Club  
**Niveau :** rythme soutenu, dénivelés + 1000m / - 1000 m environ

**Description :** Nous avons rarement l'occasion d'aller dans ce secteur de la forêt de Fontainebleau trop éloigné des gares. Cette fois-ci nous irons sur ce circuit grâce à un car d'escalade (avec le CIE : cycle d'initiation à l'escalade, vous verrez ce sont des beaux gosses et ils sont très gentils de nous accepter dans leur car).

**Inscription obligatoire au Club au préalable :** participation aux frais de 15 Euros à régler à l'inscription par courrier ou par paiement en ligne ou au club.

Le départ se fera de **Denfert-Rochereau à 9h00 précise**, en face la gare RER. Etre au RV 15 minutes avant le départ soit 8h45. Toute personne non inscrite qui se présenterait au départ pourrait être refusée si le car est plein (et acceptée sinon !) **le retour est prévu à Paris vers 19H15** suivant la circulation.

**Prendre 2 litres d'eau minimum et son pique-nique.** Et des chaussures bien adhérentes. Il s'agit d'un parcours « **montagneux** » bien que situé en Ile-de-France ! C'est d'ailleurs ce qui fait son charme.

**Ouverture des inscriptions le mardi 13 septembre** mais vous pouvez préparer votre paiement à l'avance dès que vous lisez cette fiche. **Attention nombre de places limité.**

