

Organisateur : Samuel Becker

Contact : Voir rubrique "kifaikoi" sur le site web



**Trail off en Seine et Marne:
Nanteuil-Ferté sous Jouarre
13km 300mD+ ou 22km 500mD+
Dimanche 03 mars 2024**

Une petite sortie trail en off pour aller explorer un peu les dénivelés au nord est de la seine et marne. Départ de la gare de Nanteuil-Saacy. Nous suivons alors différents sentiers GR ou PR aux alentours de la marnes en direction de la Ferté sous Jouarre.

Arrivés près de la destination, nous aurons fait de l'ordre de 13km et 300mD+. Il y'aura alors possibilité de s'arrêter là où de repartir pour une boucle d'environ 9km, 200mD+ soit 22km 500mD+ au total.

Niveau : un bon niveau en course à pied (être en mesure de faire 20km à plus de 9km/h) est requis. Rendez-vous sur le quai de la gare de Nanteuil-Saacy à l'arrivée du train de 9h37 en provenance de gare de l'est (ligne P).

Equipement :

- Sac de trail
- Poche à eau et/ou gourde d'au moins 1,5L, idéalement 2L
- Chaussures de trail
- Vêtements de sport appropriés au regard des prévisions météo
- Nourriture (barres de céréales, graines, fruits secs...)
- Montre
- Téléphone portable

Transport :

- ✓ Aller par le train de Paris Gare de l'est ligne P à 8h49 destination Nanteuil Saacy (arrivée prévue à 09h37)
- ✓ Retour par le train même ligne depuis la gare de la Ferté sous Jouarre

Rendez vous sur le quai à la gare de Nanteuil Saacy.

Inscriptions :

- **nombre de places** : 6 (encadrants inclus)
- **montant de la participation** : Pas de frais. Veuillez à acheter vos billets de train si vous n'avez pas de pass navigo zones 1-5

En cas d'accident grave : Si un accident grave advient lors de la sortie, il est indispensable d'avertir au plus vite les dirigeants du Club. Leurs contacts sont disponibles au lien suivant : <https://www.clubalpin-idf.com/contacts-urgence>