

« LE RENDEZ-VOUS D'AUTOMNE EN RANDONNÉE-CAMPING »

Week-End du Samedi 2 au Dimanche 3 octobre 2010 - Itinérant niveau M

Organisateur : Pascal BAUD, tél. 01 30 45 29 01 - 06 80 35 51 42 - pascal-baud@wanadoo.fr

Cette Randonnée-Camping se déroule dans le cadre du Rendez-vous d'automne, que nous rejoindrons le dimanche 3 octobre à midi dans la Forêt de Bois-d'Arcy où convergeront les groupes de randonnées à la journée. Au programme : un grand parcours dans les Yvelines.

Niveau requis : moyen, pour randonneurs-campeurs habitués au portage de leurs effets personnels sur des étapes de 6 à 7 heures effectives de marche par jour sur des sentiers en terrain facile et accoutumés aux contraintes du bivouac (manque de confort, marche plus longue pour trouver un terrain propice, intempéries, poids du sac...). Randonnée toutefois accessible à des débutants motivés. Environ 49 km en 2 jours.

Inscription : gratuite mais obligatoire auprès du secrétariat du CAF Ile-de-France dès la diffusion de cette fiche en retournant un bulletin d'inscription.

Prévenir le secrétariat dès que possible en cas de désistement (pensez aux candidats en liste d'attente).

Description du parcours : (à titre indicatif, modifiable selon niveau du groupe, aléas d'itinéraires et météorologie)

1^{ère} étape Samedi 2 octobre 25 km
Départ de la randonnée à la gare de Nezel-Aulnay ; nous quittons rapidement le village pour la campagne Yvelinoise : Bazemont, Forêt des Alluets, des Grands Bois et des Flambertins, Ste Gemme, Forêt de Marly, puis recherche d'un lieu sauvage pour accueillir notre campement.

2^{ème} étape Dimanche 3 octobre 14 km le matin + 10 km l'après-midi.
Poursuite de notre randonnée vers le sud, St Nom la Bretèche, Rennemoulin, déjeuner avec les participants des autres sorties du Rendez-vous d'automne. L'après-midi, possibilité de randonner avec un autre organisateur, sinon : Étang du Bois de la Cranne, Forêt de Ste-Appoline, la Boissière, la Haise, gare de Plaisir-Grignon. Retour sur Paris.

Pour se rendre sur place : chaque participant est libre de son transport. En train depuis Paris prévoir billet SNCF aller Paris/Nezel-Aulnay, retour au départ de Plaisir-Grignon (ou d'une autre gare selon le groupe choisi par le participant le dimanche après-midi). Rendez-vous samedi à la gare de Nezel-Aulnay à l'arrivée du train où l'organisateur vous attendra.

Horaires SNCF (sous réserve de confirmation) :

<u>Trajet aller</u> :	Samedi 2 octobre	
	Paris Gare Montparnasse	départ 07h43 direction Mantes-la-Jolie
	Nezel-Aulnay	arrivée 08h43
<u>Trajet retour</u> :	Dimanche 3 octobre	
	Plaisir-Grignon	départ 17h32
	Paris Gare Montparnasse	arrivée 17h56

Équipement (liste non exhaustive) : sac à dos de 60 litres environ, bonnes chaussures de marche étanches, vêtements contre la pluie et le froid, guêtres, tente légère, sac de couchage, matelas mousse, réchaud, matériel de cuisine, gourde(s) pour 3 litres, lampe (frontale), pharmacie personnelle, protections contre les ampoules et les coups de soleil. Cartes facultatives : IGN n° 2114 E et TOP 25 n° 2214 ET.

Nourriture : prendre vos repas du samedi midi au dimanche midi plus des en-cas, si vous voulez limiter le poids : prenez des aliments lyophilisés et énergétiques.

Nota : chaque participant devra être autonome en matériel et nourriture,
... et n'hésitez pas à me contacter pour toute question.

Bureaux : 12 rue Boissonade 75014 PARIS – Adresse postale : 5 rue Campagne Première 75014 PARIS

Téléphone : 01 42 18 20 00 – Télécopie : 01 42 18 19 29 – Courriel : accueil@clubalpin-idf.com

Site internet : www.clubalpin-idf.com

Association loi 1901, affiliée à la Fédération Française des Clubs Alpins et de Montagne
Agrément tourisme AG 075 95 0054 – Siret 784354 482 00043 – APE 926C