



Forêts entre Châtillon-sur-Seine et Montbard Du samedi 17 au dimanche 18 Septembre 2011 Randonnée camping itinérante – Niveau M⁺

Edition du 07/05/2011

Cette randonnée s'adresse aux randonneuses et randonneurs ayant une bonne condition physique, habitués au port d'un sac à dos chargé

Présentation :

A moins de 2 heures de Paris, se trouve la plus grande forêt de Bourgogne, la forêt du Chatillonnais. C'est aussi non loin de là que la Seine a ses sources.



Transport :

Chaque participant se charge de son transport.

Par le train : prévoir un billet aller si possible pour Châtillon sur Seine via Montbard (SNCF) et retour de la gare de Montbard.

Samedi 17 septembre : Paris Gare de Lyon à 8h24 pour Montbard par train 6757 arrivée à 9h29, car pour Châtillon à 9h35.

Dimanche 18 septembre : Montbard à 17h31 pour Paris Gare de Lyon par le train 6726, arrivée 18h37.

Programme :

Rendez-vous à la gare de Montbard devant le car pour Châtillon-sur-Seine.

Le programme n'est pas contractuel mais donné à titre indicatif. L'organisateur se réserve le droit de le modifier, en fonction de la météo, d'éventuelles difficultés ou danger du terrain.

Traversée de 45 km environ de Châtillon sur Seine à Montbard en 2 jours.

Châtillon, Forêt de Châtillon, Aisey, St Marc, Villaines, Vaugimois, Touillon, Abbaye de Fontenoy, Montbard.



Hébergement :

Comme indiqué c'est sous tente, chaque participant(e) ou équipe sera autonome.

Équipement (liste non exhaustive) : prévoir le chaud, le froid et la pluie

- sac à dos de 60/65 litres environ
- bonnes chaussures pour la marche en montagne tenant bien la cheville, à semelles anti-dérapantes, complétées de guêtres (ou stop tout) utiles en cas d'enneigement.
- sous-vêtements techniques à manches courtes et/ou à manches longues, collant ou legging.
- pantalon (et short) ou jupe de randonnée, tee-shirt ou débardeur, pull ou veste polaire
- surveste et surpantalon
- bonnet, gants
- chaussettes
- protections contre le soleil : lunettes, casquettes, crème
- mini trousse de toilette, lingettes
- petite trousse de secours personnelle (désinfectant, protections contre les ampoules)
- gourdes pour pouvoir contenir 3 litres environ (éventuellement des pastilles pour désinfecter l'eau au cas où).
- En-cas et repas du midi (à la charge de chacun)
- Frontale
- Tente, matelas, sac de couchage (couverture de survie épaisse pour éventuellement renforcer le tapis de sol).
- Réchaud, gamelles, couverts.

“Un sac trop lourd est un sac chargé d'angoisse - Freud”

Nourriture :

Une fois sorti de la ville nous n'aurons plus de ravitaillement possible pour nos repas, soyez prévoyants pour assurer ces deux jours.

Documentation et cartes :

Cartes au **1/25 000^{ième}** : 2920E, 2921O, 2921E.

Coût et inscription :

Inscription auprès du secrétariat ou sur le site Internet du CAF Ile-de-France, en retournant le bulletin d'inscription (cette sortie en camping non loin de Paris est exemptée des frais d'inscription). Ouverture officielle des inscriptions le **jeudi 02 juin** selon les modalités habituelles.

Le groupe sera composé de **8 personnes** (animateur compris).

Organisation et renseignements :

Animateur : Christian Kieffer

Vous pouvez me contacter via le « kifaikoi » sur le site du Club.

