

## **Ceinture verte de l'Ile-de-France en randonnée camping hivernale étapes 1 & 2**



**du 26 au 27 novembre 2011**

*avec René Boulangier (06.86.87.11.92)*

Ouverture des inscriptions le 29/10/2011

Cet hiver 2011-2012, je vous propose de nous retrouver régulièrement, lors de 6 week-end conviviaux entre novembre et avril pour faire le GRP Ceinture verte de l'Ile-de-France. Ce GR fait une boucle d'environ 240 km autour de Paris. C'est un itinéraire assez proche de Paris, donc en partie urbain.

A noter : des participants randonnant à la journée peuvent se joindre à nous lors de ces 2 jours mais cette fiche technique ne concerne que les randonneurs campeurs.

**Niveau requis** : Moyen+, pour randonneurs habitués au portage de leurs effets personnels sur des étapes d'environ 6 heures effectives de marche par jour (routes, sentiers et peut-être un peu de hors-sentier) et accoutumés aux contraintes du bivouac (poids du sac, temps de recherche d'un terrain adapté, manque de confort, intempéries, froid nocturne ...).

**Inscription, coût** : en ligne ou auprès du secrétariat du CAF. **Prévoir 1€ pour l'eau minérale au bivouac.**

## Programme

Donné à titre indicatif, modifiable selon le niveau du groupe, les aléas d'itinéraires et les conditions météorologiques.

### Samedi 26 novembre : de Noisy-le-Grand à Boussy-St-Antoine

(environ 25 km)

Nous commencerons par l'est de l'Ile-de-France : le bois Saint-Martin, la forêt Notre-Dame, les étangs de Servon, Périgny et Boussy-Saint-Antoine.

### Dimanche 27 novembre : de Boussy-St-Antoine à Epinay-sur-Orge

(environ 24 km)

Nous nous lèverons tôt pour un **départ impératif à 9h**.

Nous suivrons l'Yerres jusqu'à Brunoy, puis nous traverserons la forêt de Sénart ; ensuite, le parcours sera urbain et passera par Draveil, Juvisy-sur-Orge et Savigny-sur-Orge avant d'arriver à la gare d'Epinay-sur-Orge ; arrivée à Paris vers 18h.

**Cartographie** : Cartes IGN au 1/25000 ème : Top 25 n° 2414 ET, 2415 OT, 2315 OT

**Rendez-vous** : samedi 26 novembre à 8h sur le quai du départ à Paris gare Magenta.

#### **Horaires des trains (se référer au site transilien.com pour les horaires exacts)**

|                            |              |                         |
|----------------------------|--------------|-------------------------|
| <b>Trajet aller</b>        | <b>RER E</b> | le samedi 26 novembre   |
| Paris Gare de Magenta      |              | départ 8h23             |
| Les Yvris – Noisy-le-Grand |              | arrivée 8h46            |
| <b>Trajet retour :</b>     | <b>RER C</b> | le dimanche 27 novembre |
| Epinay-s/Orge              |              | départ 17h11            |
| Paris Austerlitz           |              | arrivée 17h33           |

**Équipement** (liste non exhaustive) : sac à dos (environ 50 litres), bonnes chaussures de marche, guêtres, vêtements contre la pluie et le froid, tente légère, sac de couchage performant, matelas isolant, réchaud, matériel de cuisine, gourde(s) ou poche à eau pour 2 litres, lampe (frontale), pharmacie personnelle, protections contre les ampoules et votre bonne humeur !

Un conseil : pesez vos affaires ; au final, votre sac à dos (avec l'équipement, la nourriture et 1 litre d'eau) ne devrait pas peser plus que 15% de votre poids. Cf un exemple de liste d'équipement 6 kilos dans le forum « Informations » du site du CAF.

**Nourriture** : prendre vos repas du samedi midi au dimanche midi, plus des en-cas. Pour ne pas perdre de temps, remplissez votre gourde ou poche à eau avant le départ.

Prévoir 1€ : comme il n'y a pas de point d'eau près de notre lieu de bivouac, je vous fournirai 3 litres d'eau minérale le samedi soir pour le soir et la journée du dimanche.

**Chaque participant devra être autonome en matériel et nourriture**  
... n'hésitez pas à me contacter pour tout renseignement complémentaire.