

## René Boulanger vous propose

# Un Rendez-vous d'Automne au goût sauvage

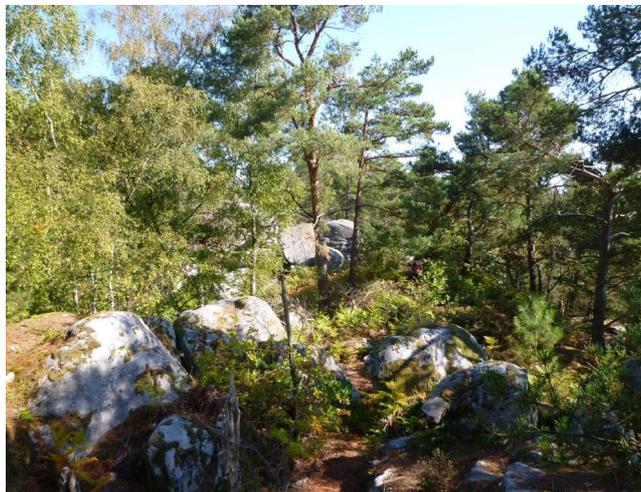
Du samedi 6 au dimanche 7 octobre 2012-

Cette année, le rendez-vous d'automne pose ses valises non loin de Barbizon, dans la magnifique forêt de Fontainebleau et plus précisément, près du Monument Millet-Rousseau.

De la Ferté-Alais, point de départ le samedi matin, nous nous dirigerons vers l'est en traversant des endroits peu connus et plutôt sauvages (avis aux amateurs de passages hors-sentiers), afin de retrouver, le dimanche midi, les autres groupes pour ce rendez-vous légendaire.

**Niveau requis** : Moyen+, pour randonneurs habitués au portage de leurs effets personnels sur des étapes d'environ 7 heures effectives de marche par jour (sentiers faciles, sentiers techniques, 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** : gratuite mais obligatoire, en ligne ou auprès du secrétariat du CAF IDF. **Vous devrez être à jour de votre cotisation 2013 pour participer à cette randonnée camping.** Ouverture des inscriptions le 17 juillet 2012 mais pré-inscription possible dès maintenant.



**Le programme ci-dessous est donné à titre indicatif et peut être modifié selon le niveau du groupe, les aléas d'itinéraire et les conditions météorologiques. Les participants devront avoir le niveau demandé.**

**Samedi 6 octobre : 25 km - La Ferté-Alais → Coquibus**

Dès la sortie de la Ferté-Alais, nous prendrons de la hauteur puis cap vers l'est pour découvrir le Puy Sauvage, Videlles, le bois de Turelles et Coquibus. Nous nous ravitaillerons en eau avant d'atteindre notre lieu de bivouac.

**Dimanche 7 octobre : 23 km - Coquibus → Fontainebleau**

Matin : 12 km - Arbonne, le Rocher des Sablons et Apremont avant de rejoindre, vers midi, le monument Millet-Rousseau, lieu du rendez-vous d'automne, pour pique-niquer avec les autres groupes.

Après-midi : 11 km - Traversée du massif d'Apremont et des Rochers du Mont Ussy. La randonnée se terminera à Fontainebleau, puis retour sur Paris.

**Pour se rendre sur place** : chaque participant est libre de son transport.

**Horaires des trains**

(se référer au site Transilien pour les horaires exacts)

**Trajet aller** ⇒ Samedi 6 octobre

Paris Gare de Lyon (RER D)	départ 8h42
La Ferté-Alais	arrivée 9h38

**Trajet retour** ⇒ Dimanche 7 octobre

Fontainebleau	départ 18h00
Paris Gare de Lyon	arrivée 18h41

**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 léger, réchaud, matériel de cuisine, gourde(s) pour 2 litres, lampe (frontale), pharmacie personnelle, protections contre les ampoules...

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.

**Chaque participant devra être autonome en matériel et nourriture**

N'hésitez pas à me contacter : ☎ 06 86 87 11 92 - ✉ [rene.boulanger94@gmail.com](mailto:rene.boulanger94@gmail.com) ou via le Kifaikoi

