

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

Week-End du Samedi 6 au Dimanche 7 octobre 2012 - Itinérant niveau M
Organisateur : Pascal BAUD, tél. 06 80 35 51 42 - pascal-baud@wanadoo.fr

Pour la 1^{ère} année consécutive la randonnée-camping s'invite au rendez-vous d'automne. Je vous propose un point de départ inédit pour aborder la forêt de Fontainebleau et rejoindre le dimanche midi les autres groupes de randonneurs réunis pour un grand rassemblement convivial près de Barbizon au monument Millet-Rousseau.

Niveau requis : moyen (voir définition sur le site du Caf-IdF), 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 (poids du sac, manque de confort, marche plus longue pour trouver un terrain propice, intempéries, froid nocturne...). Randonnée toutefois accessible à des débutants motivés. Environ 44 km en 2 jours.

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

1^{ère} étape Samedi 6 octobre 23 km
Rassemblement du groupe à la gare de Saint-Mammès puis départ de la randonnée vers le confluent du Loing et de la Seine (cèdre remarquable), halte fluviale, Champagne-sur-Seine, Rocher de Samoreau, traversée de la Seine, Tour Denecourt, Rocher Cassepot, Rochers du Mont Ussy, puis recherche d'un lieu sauvage pour accueillir notre campement.

2^{ème} étape Dimanche 7 octobre 11 km le matin + 10 km l'après-midi.
Poursuite de notre randonnée vers le Mont Chauvet, Mare aux Sangliers, Désert et Platières d'Apremont, monument Millet-Rousseau près de Barbizon lieu du rendez-vous d'automne où nous pique-niquerons avec les autres groupes. L'après-midi, possibilité de randonner avec un autre organisateur, sinon notre groupe rejoindra la gare de Bois-le-Roi en passant par le Rocher Cuvier-Chatillon et le Rocher Canon.
Retour sur Paris.



Inscription gratuite et obligatoire : dès la diffusion de cette fiche vous pouvez vous pré-inscrire en ligne sur le site internet du CAF Ile-de-France ou auprès du secrétariat en retournant le bulletin d'inscription. Le vendredi 29 juin : ouverture officielle de la sortie et confirmation de votre inscription selon modalités en vigueur et dans la limite des places disponibles. Pour participer vous devrez avoir renouvelé votre inscription à la FFCAM pour la période 2012-2013.

Les transports et toutes les dépenses pendant le séjour sont à votre charge.

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

Pour se rendre sur place : chaque participant est libre de son transport. En train depuis Paris prévoir billet SNCF aller pour Saint-Mammès, retour au départ de Bois-le-Roi (ou d'une autre gare selon le groupe choisi par le participant le dimanche après-midi).

Rendez-vous : samedi à la gare de Paris Gare-de-Lyon sur le quai du départ, sinon à Saint-Mammès à l'arrivée du train.

Horaires SNCF (sous réserve de confirmation) :

<u>Trajet aller</u> :	Samedi 6 octobre		
	Paris Gare-de-Lyon	départ 08h49	train n° 91053 direction Laroche-Migennes
	Saint-Mammès	arrivée 09h36	
<u>Trajet retour</u> :	Dimanche 7 octobre		
	Bois-le-Roi	départ 17h37	train n° 91028 direction Paris Gare-de-Lyon
	Paris Gare-de-Lyon	arrivée 18h13	

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 ou autogonflant, réchaud, matériel de cuisine, gourde(s) pour 3 litres, lampe (frontale), pharmacie personnelle, protections contre les ampoules et les coups de soleil, votre carte d'adhésion à la FFCAM, de la monnaie au cas où nous irions au bar. Carte facultative : IGN TOP 25 n° 2417 OT.

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. **Vous devrez avoir environ 3 litres d'eau avec vous pour tenir jusqu'au dimanche 12h00.**



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 Alpains et de Montagne
Agrément tourisme AG 075 95 0054 – Siret 784354 482 00043 – APE 926C