

# Les falaises des boucles de la Seine

du vendredi 1 novembre 2019 au dimanche 3 novembre 2019

[Philippe Denoual](#)

Niveau : **Moyent+**

Avec accord : **Non**

Itinérant avec portage

Effectif maximum : **10 (organisateur compris)**

Sous votre tente

De Mantes à Vernon en passant par la Roche-Guyon et l'église Troglodyte...



## Niveau et esprit

Pour randonneurs-campeurs habitués au portage de leurs effets personnels sur des étapes de 6 à 7 heures de marche par jour sur des sentiers en terrain facile et accoutumés aux contraintes du bivouac (poids du sac, manque de confort, participation à la recherche d'un terrain adapté, intempéries, froid nocturne). Randonnée accessible à des débutants motivés. Environ 57 km en 3 jours.

## Transport

**Aller** : Départ vendredi 1 novembre à 09h23 Transilien J MALA de PARIS SAINT-LAZARE. Arrivée à 10H17 à MANTES-STATION.

**Retour** : Départ dimanche 3 novembre à 16h51 de VERNON Arrivée à 17H40 à PARIS SAINT-LAZARE.

ATTENTION : pour le retour de Vernon à Bonnières hors zone Navigo. Pensez au complément de parcours.

## Hébergement et repas

Prévoyez vos repas du vendredi midi au dimanche midi.

Hébergement sous votre tente.

# Programme

**Vendredi 1 novembre** : 20 km, +180m, -80m

Gare de Mantes-Station, Limay, Follainville-Dennemont, Saint Martin la Garenne, Vétheuil, les Nourées, passage au cimetière de Villiers en Arthies pour ravitaillement en eau, bois de Villers et recherche d'un lieu sauvage pour accueillir notre campement.

**Samedi 2 novembre** : 18 km, +290m, -280m

Départ matinal du bois de Villers, aérodrome de Mantes-Chérence, Haute-Isle (église troglodyte), la Roche-Guyon, Gommecourt, Sainte Geneviève les Gasny (passage devant cimetière : peut-être ravitaillement en eau possible), bivouac au bois du gros chêne.

**Dimanche 3 novembre** : 19 km, +130 m, -210 m

Départ en direction de Giverny, bois Garenne, Vernon, traversée de la Seine, le Moussel, ronds des sapins, forêt de Bizy, château de Bizy, gare de Vernon, pause bistro si ouvert, dispersion du groupe et train pour Paris.

*Ce programme indicatif n'est pas contractuel. L'organisateur se réserve le droit de le modifier à tout moment, notamment en fonction des conditions du terrain, d'obstacles imprévus, des transports, du groupe, de la météo et pour toute raison de sécurité. Les participants doivent avoir le niveau physique et technique demandé ainsi que l'entraînement correspondant.*

## Équipement

Sac à dos 25 à 60 litres

Bonnes chaussures de marches étanches

Sac de couchage performant, matelas mousse ou autogonflant

Réchaud

Gourde (s)

Lampe frontale

Pharmacie personnelle

Carte d'adhésion à la FFCAM

Cartes facultatives : 2113ET et 2113O

Guêtres

Matériel de cuisine

Vêtements contre la pluie et le froid

## Inscription

La demande d'inscription est possible dès maintenant en ligne ou auprès du secrétariat. Elle ne sera effective qu'après réception de votre règlement ou paiement en ligne de **16 €**.

Les places seront attribuées à partir du **mardi 17 septembre 2019** selon les [règles de priorité](#) du club.

Vous pouvez annuler votre inscription à tout moment avant le début de la sortie, moyennant les frais spécifiés dans les [conditions d'annulation et de remboursement](#). Vous pouvez en outre souscrire une assurance annulation pour couvrir ces frais, à l'exclusion d'une franchise et du montant de cette assurance.

**Nota : chaque participant devra être autonome en matériel et nourriture.**

Et n'hésitez pas à me contacter pour tout renseignement complémentaire.