

Ma 5ème première Randonnée-Camping de l'année

du samedi 6 au dimanche 7 janvier 2024

Organisateur : Philippe Denoual	Niveau : Moyen+
Avec accord : Oui	Itinérant avec portage
Effectif maximum : 10 (organisateur compris)	sous votre tente

Ma 5ème première Randonnée-Camping de l'année, 28 km environ en forêt de Rambouillet.

Le dimanche midi : Kig ha Farz (plat traditionnel du Léon (29N)) à Clamart (92).



Niveau et esprit

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 de marche par jour et accoutumés aux contraintes du bivouac (poids du sac, manque de confort, intempéries, froid nocturne). Randonnée accessible à des débutants motivés. Environ 28 km en 2 jours.

Participation aux frais

0 €

Transport

Aller : Départ samedi de Paris Montparnasse vers Le Perray-en-Yvelines Ligne N.

Retour : Départ dimanche de Montfort-l'Amaury vers Clamart Ligne N.

Horaires non disponibles ce jour, ils seront envoyés plus tard.

Un mail sera envoyé aux participant(e)s une semaine avant la sortie pour confirmation.

Hébergement et repas

Hébergement sous votre tente.

Prévoir les repas du samedi midi au dimanche matin. Le dimanche midi Kig ha Farz à Clamart.

Un petit cochon sera mis à disposition le dimanche midi.

Programme

Samedi 6 janvier : 17 km, + 100 m, - 84 m.

Rassemblement du groupe à la gare de Le Perray-en-Yvelines, bois domanial de la Pommeraie, Vilpert, Saint-Léger-en-Yvelines, bois des Longues Mares.

Dimanche 7 janvier : 10 km, + 34 m, - 135 m.

Départ matinal pour le parc d'En-Haut, Monfort-l'Amaury, train pour Clamart. Repas en commun chez nous (Kig ha Farz).

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.

Équipements

Papiers :

- Carte d'adhésion à la FFCAM
- Carte d'identité
- Carte IGN facultative : 2215OT

Pluie ou froid :

- Polaire, coupe-vent imperméable
- Surpantalon de pluie, guêtres
- Housse de pluie de sac à dos

Marche et portage :

- Chaussures de marche étanches
- Bâtons recommandés
- Sac à dos de 30 à 40 litres

Association loi de 1901, affiliée à la Fédération Française des Clubs Alpains et de Montagne

Bureaux : 12 rue Boissonnade 75014 Paris – Courrier : 5 rue Campagne Première 75014 Paris

IM : 075 18 0076 — APE : 9312Z — SIRET : 784 354 482 00050 — TVA intra : FR76 784 354482

www.clubalpin-idf.com

00

+33 (0)1 42 18 20

2 / 3

Alimentation et Nuitée :

- Matériel de cuisine et réchaud
- Tente légère
- Duvet performant (nous sommes en janvier)
- Tapis de sol isolant

- Sifflet, couverture de survie
- Téléphone mobile, batterie de secours
- Lampe frontale

Sécurité :

- Pharmacie personnelle

Inscription

Les places seront attribuées à partir du **vendredi 24 novembre 2023** selon les [règles de priorité](#) du club.

Nota : Chaque participant (e) devra être autonome en matériel et en nourriture.

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

<https://www.clubalpin-idf/kifaikoi/denoual.philippe>

