

Encadrant : Philippe DENOUAL	Niveau : M+, T1
Avec accord : Oui	Type : Itinérant avec portage
Effectif maximum : 10 (encadrant compris)	Hébergement : Sous votre tente

Ma 7^{ème} Première Rando-Camping de l'Année

Du samedi 10 au dimanche 11 janvier 2026

Randonnée-Camping classique en forêt de Rambouillet. Le dimanche midi, le désormais célèbre :

KIG HA FARZ de Saint-Renan (plat du Léon) chez nous à Clamart.



Photo : Philippe

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 30 km en 2 jours, niveau : M+ à cause du portage.

TRANSPORT

Chaque participant (e) est libre de son moyen de transport. Rassemblement du groupe à la gare SNCF de Coignières
Horaires théoriques pour le moment seront confirmés aux participants (es) dès la validation des inscriptions.

Aller : Sam 10 : Paris Montparnasse : 8h33 ► Coignières : 9h24 - Ligne : N, train : ROPO

Retour : Dim 11 : Le Perray-en-Yvelines : 11h28 ► Clamart : 12h18 – Ligne : N, train : PORO pour le repas et ensuite pour
Rentrer chez vous : Bus, Métro ou ligne : N

HEBERGEMENT et REPAS

Prévoyez vos repas du samedi midi au dimanche matin, ravitaillement possible le samedi en fin de journée. Hébergement sous votre tente.



Photo : Philippe

PROGRAMME

Samedi : 20 km, +/- 100 m

Rassemblement du groupe à la gare SNCF de Coignières, bois des Hautes-Bruyères, carrefour Royal, étangs de Hollande, Saint-Léger-en-Yvelines, possibilité de ravitaillement en eau et nourriture, le Fossé-Rouge est notre lieu de bivouac.(48.70539 – 1.768047) terrain privé.

Dimanche : 10 km, +/- 50 m

Départ du bivouac à 9h, départ vers la gare du Perray-en-Yvelines, train pour Clamart, Kig ha Farz (repas), un petit cochon est mis à disposition (tirelire repas) ensuite chacun peut partir à son heure, plusieurs solutions : Bus 189-190, métro 12 ou ligne N pour Paris ou autres.

Ce programme indicatif n'est pas contractuel. L'encadrant 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 (es) doivent avoir le niveau physique demandé ainsi que l'entraînement correspondant.

EQUIPEMENTS

- **Nuitée** : Tente légère, sac de couchage performant, matelas en mousse ou autogonflant.
- **Papiers** : Carte d'adhésion au CAF-IDF, coordonnées de l'encadrant, CB et espèces.
Papiers d'identité.
- **Marche et portage** : Chaussures de marche étanches, bâtons recommandés, sac à dos
De 40 à 60 litres, poche à eau ou gourde de 2 litres.
- **Alimentation** : Matériel de cuisine, réchaud.
- **Pluie et froid** : Polaire, coupe-vent imperméable et respirant, surpantalons, guêtres
- **Sécurité** : Pharmacie personnelle, sifflet, couverture de survie, téléphone portable,
Batterie externe, lampe frontale.

INSCRIPTION

Dès la diffusion de cette fiche, vous pouvez postuler pour une inscription en ligne sur le site du CAF-IDF ou auprès du secrétariat en retournant le bulletin d'inscription. Un règlement de **0 €** vous sera demandé. Date de validation le : **Vendredi 28/11/2025** selon Les modalités en vigueur et dans la limite des places disponibles. Voir en ligne les conditions générales de vente.

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

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

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

EN CAS D'ACCIDENT GRAVE

Si un accident grave advient lors de la sortie, il est indispensable d'avertir au plus vite les dirigeants du Club. Leurs contacts sont disponibles au lien suivant : <https://www.clubalpin-idf.com/contacts-urgence>.