

## PROGRAMME DE RANDONNEES




1er trimestre 2025

RETRAITE SPORTIVE NOGENTAISE site : [rnogent.fr](http://rnogent.fr)

**IMPORTANT**

















**INSCRIPTION AUX RANDONNEES : par téléphone appel ou SMS auprès de l'animateur** Pour celle du mardi, s'inscrire **le lundi avant 20h** et pour celles à la journée, **48h avant, jusqu'à 20h.**

**ATTENTION : Merci de respecter ces jours, horaires et modalités d'inscription, sinon les animateurs pourront vous refuser**

<b>Equipement :</b>	Chaussures de marche avec semelles crantées, bâtons éventuels, vêtements de pluie, chapeau de soleil, boisson, monnaie si covoiturage, sinon titre de transport. Prévoir des chaussures de rechange ou 2 sacs plastique pour protéger les chaussures en cas de covoiturage ou de pique-nique en salle.	
<b>Rendez-vous :</b>	Se présenter 10 minutes avant l'heure de départ du lieu de rendez-vous, avec, <b>sur soi : carte vitale, licence FFRS, carte mutuelle, carte d'identité.</b>	
<b>Difficulté</b>	 : balade, sans gros effort	 : légères difficultés (distance ou faible dénivelé ou cailloux...)
	 : effort plus soutenu (distance ou dénivelé ou terrain irrégulier...)	

### ATTENTION

Chaque semaine : Une randonnée MARDI APRES-MIDI, et une randonnée JOURNEE UN AUTRE JOUR QUELCONQUE de la semaine

Date	Distance	Difficulté	Remarques	Description randonnée	Lieu Rdv	Heure RDV	Animateur
Mardi 07 Janvier	8km			Le parc floral et ses serres (94)	RER A	13h30	Martine VENOT
Vendredi 10 Janvier	14km	 	Resto	De Rueil à Bougival (92-78)	RER A	10h	Aldin VENOT
Lundi 13 Janvier	15km	 	Resto	Du parc de Saint-Cloud à Versailles par la forêt de Fausses-Reposes (92)	RER A	9h	Anna BOUIS/Dellia CAIMANT
Mardi 14 Janvier	6km			Le cimetière du père Lachaise (75)	RER A	13h30	Odile LAVRARARD
Mardi 21 janvier	7km			De Daumesnil au Village de Charonne (75)	RER A	13h30	M/Claude GIRODON
Mercredi 22 janvier	14km	 		Balade bucolique coeur de Paris du bois de Boulogne à porte de Versailles(75)	RER A	8h30	J/Claude TRAVERSARI
Mardi 28 janvier	8km			Les secrets du parc de Sceaux (92)	RER A	13h	Michèle GRIVAUX
Vendredi 31 Janvier	13km	 	Resto	Tour de Paris 2/4 (GR 75 porte de Châtillon à porte de Passy) (75)	RER A	9h	Dellia CAIMANT
Mardi 4 février	8km	 		De Suresnes à pont de Neuilly via l'île de Puteaux (92)	RER A	13h30	J/Marc BOUIS
Vendredi 7 février	15km	 	Resto	Du jardin des plantes à Nogent par la coulée verte (75-94)	RER A	9h	J/Marc BOUIS






















Présidente : Sylvie DUSSART

[sdussart@rnsn@gmail.com](mailto:sdussart@rnsn@gmail.com)

Référente randonnée :

Anna BOUIS

[activ.rando@gmail.com](mailto:activ.rando@gmail.com)

Mardi 11 février	7km		petit dénivelé		Autour de Montmartre (75)	RER A	13h30	Olivier LAVRARD	
Jeu <span style="color: #00AEEF;">di</span> 13 Février	18km	  	Resto		La Seine impressionniste de Conflans à Triel/Seine (78)	RER A	8h30	Anna BOUIS	
Mardi 18 février	9km				Autour de Boussy-Saint-Antoine (91)	RER A	13h30	Odile LAVRARD	
Vend <span style="color: #E91E63;">redi</span> 21 Février	15km	 	Pique-nique		La vallée de la Brosse et le château de Rentilly (77)	RER A	9h	Anna BOUIS	
Mardi 25 février	8km				La forêt de Saint-Germain 78)	RER A	13h	Michèle GRIVAUX	
Vend <span style="color: #E91E63;">redi</span> 28 Février	16km	 			Meaux et le parc du Pâtis (77)	RER A	8h	JClaude TRAVERSARI	
Mardi 4 mars	7km				De Nogent à Charentonneau (94)	RER A	13h30	Alain VENOT	
Vend <span style="color: #E91E63;">redi</span> 7 Mars	12km	 	Resto		Tour de Paris 3/4 (GR 75 porte de Passy à porte Montmartre) (75)	RER A	9h	Dellia CAIMANT	
Mardi 11 mars	9km				Le bestiaire de Bastille à République (75)	RER A	13h30	Dellia CAIMANT	
Jeu <span style="color: #00AEEF;">di</span> 13 Mars	14km	 	visite payante		De Poissy à Médan, visites culturelles(villa Savoye...) et marche (78)	RER A	8h45	Anna BOUIS/MClaude GIRODON	
Mardi 18 mars	8km		Covoiturage		La forêt de Ferrières depuis Pont-Carré (77)	Mairie	13h	Michèle GRIVAUX	
Vend <span style="color: #E91E63;">redi</span> 21 Mars	15km	 	Pique-nique		La forêt de Sénart, Faisanderie (91)	RER A	9h	Olivier LAVRARD	
Mardi 25 mars	8km	 			Le Bois Saint-Martin : Noisy-le-Grand Les Yvris (93)	RER E	13h30	MClaude GIRODON	
Vend <span style="color: #E91E63;">redi</span> 28 Mars	16km	 	Pique-nique		De l'Orge à l'Yerres (91)	RER A	8h15	JClaude TRAVERSARI	
Anna BOUIS	06 61 78 41 24	Michèle GRIVAUX	06 16 23 54 97	Marie-Claude GIRODON	06 20 65 03 93				
Jean-Marc BOUIS	06 11 69 09 93	Odile LAVRARD	06 82 15 57 66	Alain VENOT	06 34 15 14 41				
Dellia CAIMANT	06 20 14 22 60	Olivier LAVRARD	06 37 40 74 87	Martine VENOT	06 07 71 92 02				
Jean-Claude TRAVERSARI	06 83 18 83 15	Christian LEPINE	06 48 16 63 41	Bernadette PREVOST	06 03 42 91 89				