

PROGRAMME DE RANDONNEES

4ème trimestre 2025

RETRAITE SPORTIVE NOGENTAISE site : rsnogent.fr

Présidente : Sylvie DUSSART
sdussartsrn.rsn@gmail.com

Référent randonnée :
activ.rando@gmail.com

INSCRIPTION AUX RANDONNEES : par SMS ou appel téléphonique auprès de l'animateur Pour celle du mardi, s'inscrire le lundi avant 17h 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

Équipement :	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.
Rendez-vous :	Se présenter 10 minutes avant l'heure de départ du lieu de rendez-vous, avec, sur soi : carte vitale, licence FFRS, carte mutuelle, carte d'identité.
Difficulté	 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	Remarque	Description randonnée	Lieu RdV	Heure RDV	Animateurs
vendredi 3 octobre 2025	12 km		Pique-Nique	De Boissy Saint Leger à La Varenne (94)	RER A	10 h	Alain VENOT
mardi 7 octobre 2025	7,5 km			Enceinte de Philippe Auguste et passages couverts du Sentier (75)	RER A	13h30	Odile LAVRARD
jeudi 9 octobre 2025	14 km		Restaurant	Le long de l'Essonne (91)	RER A	8h15	Jean Claude TRAVERSARI
mardi 14 octobre 2025	8 km			Parcs et jardins du 13 eme arrondissement (75)	RER A	13h30	Martine VENOT
vendredi 17 octobre 2025	13 km		Pique-Nique	En forêt de Verrières et le long de la Bièvre (91)	RER A	8h45	Dellia CAIMANT
mardi 21 octobre 2025	8 km			Parc Départemental du Morbra (94)	RER A	13h30	Jean Louis ARCHAMBEAU
vendredi 24 octobre 2025	12 km		Pique-Nique	Boucle de la Malmaison et Gallicourt	RER A	8h30	Olivier LAVRARD
mardi 28 octobre 2025				Vacances Scolaires			
vendredi 31 octobre 2025				Toussaint			
mardi 4 novembre 2025	7,5 km			Garches / Saint Cloud (92)	RER A	13h00	Jean Louis ARCHAMBEAU
vendredi 7 novembre 2025	16 km		Pique-Nique	Circuit de la Goële (77)	Mairie Nogent Covoiturage	8h	Alain VENOT
mardi 11 novembre 2025				Férié			
jeudi 13 novembre 2025	16 km		Restaurant	La Seine et la Forêt (77)	RER A	8h15	Jean Claude TRAVERSARI

<i>mardi 18 novembre 2025</i>	8 km			<i>Le bestiaire de Saint Germain des Prés et du Luxembourg (75)</i>	RER A	13h30	<i>Dellia CAIMANT</i>
<i>vendredi 21 novembre 2025</i>	12 km		Restaurant	<i>Mont Valérien - Suresnes - Rueil Malmaison (92)</i>	RER A	8h30	<i>Olivier LAVRARD</i>
<i>mardi 25 novembre 2025</i>	8 km			<i>Creteil / La Varenne (94)</i>	RER A	13h30	<i>Jean Louis ARCHAMBEAU</i>
<i>mercredi 26 novembre 2025</i>	13 km		Restaurant	<i>1/2 traversée de Paris : De la Porte Maillot à Saint Placide (75)</i>	RER A	9h	<i>Martine VENOT</i>
<i>mardi 2 décembre 2025</i>	7 km			<i>De Nogent sur Marne à Charentonneau (94)</i>	RER A	13h30	<i>Alain VENOT</i>
<i>jeudi 4 décembre 2025</i>				<i>35 ans de la RSN : Pas de Rando à la journée</i>			
<i>mardi 9 décembre 2025</i>	8,5 km			<i>Forêt d'Armainvilliers (77)</i>	RER A	13h00	<i>Jean Louis ARCHAMBEAU</i>
<i>vendredi 12 décembre 2025</i>	12 km		Restaurant	<i>Grenouillère et Ile de la Chaussée (78)</i>	RER A	9h30	<i>Dellia CAIMANT</i>
<i>mardi 16 décembre 2025</i>	5 km		Restaurant	<i>Illumination de Noël à Paris (75)</i>	RER A	16h30	<i>Olivier LAVRARD</i>
<i>vendredi 19 décembre 2025</i>				<i>Vacances</i>			
<i>mardi 23 décembre 2025</i>							
<i>vendredi 26 décembre 2025</i>							
<i>mardi 30 décembre 2025</i>							

<i>Dellia CAIMANT</i>		<i>Odile LAVRARD</i>		<i>Alain VENOT</i>	
<i>Jean-Claude TRAVERSARI</i>		<i>Olivier LAVRARD</i>		<i>Martine VENOT</i>	
<i>Jean-Louis ARCHAMBEAU</i>					