



Section Randonnées Pédestres

LES VERTS SENTIERS

IMPORTANT

Il peut y avoir des changements de dernière minute liés à des impondérables. Pensez à consulter vos mails et ayez toujours sur vous le numéro de l'animateur.

CALENDRIER 1^{er} TRIMESTRE 2026 Rando Santé

Vérifiez bien le lieu de rendez-vous et soyez à l'heure ! Ceux qui partent de Paris, de Saint-Ouen, ou d'ailleurs peuvent nous rejoindre sur le parcours.

Attention : Nous pouvons être amenés à changer les horaires et les lieux de RDV annoncés. Merci de bien vérifier ces informations dans nos messages de rappel envoyés avant chaque sortie.

Prévoir le pique-nique pour les randonnées à la journée. Dans tous les cas, prévoir de la boisson pour toute la randonnée, un vêtement de pluie, de bonnes chaussures, sa licence FFRP et de la monnaie pour le transport.

De plus, pensez à vous munir de votre petite pharmacie personnelle, d'une couverture de survie, de pansements anti-ampoules ...

Pour tout renseignement concernant la randonnée et si vous nous rejoignez en dehors du point de rendez-vous, contactez l'animateur.

Il est possible de faire 2 randonnées d'essai avant d'adhérer au S.D.U.S. Les Verts Sentiers. Avec l'adhésion de 37€ (ou 45€ avec l'abonnement au magazine Passion Rando) il est demandé un certificat de non contre-indication à la pratique de la randonnée.

Pensez à consulter le site internet du SDUS - www.sdus.asso.fr □ Sports d'Entretien Loisirs Détente □ Randonnées Pédestres



Info sécurité : pendant la **période de chasse**, de septembre à février, si vous avez un gilet jaune, pensez à le prendre, conseil d'un chasseur!



ATTENTION : La distance de tous les circuits de randonnée est indiquée de gare à gare. Il en est de même pour la durée des trajets.

SAMEDI 10 JANVIER 2026 : rando santé

PARC GEORGES VALBON (La Courneuve) en boucle : **08 km**

- Commençons l'année par la proximité ! **Parcours** de 2h30-3h.

Rendez-vous : à 8h45 à l'entrée du parc « Marville », portail jaune, avenue Roger Salengro.

Bus : 150-153-250-252, arrêt Courtille ou Floréal.

Pour ceux qui viennent en voiture : parking Pyrus.

Retour prévu vers 12h.

Contact : Noëlle : 06 84 53 00 87

SAMEDI 24 JANVIER 2026 : rando santé

De ERAGNY NEUVILLE à PONTOISE : **09 km**

- Bords de l'Oise,
- Port de Cergy,
- Bois de la Ballastière.

Rendez-vous : à 8h05 station Mairie de St Ouen sur le quai de la ligne 14, pour aller à St Lazare prendre le train J YOLA direction Pontoise à 8h37. Arrivée à 9h12 -

Durée du trajet : 49 min - Retour prévu vers 13h00-13h30

Tarif : **Pass Navigo ou 2,50 € par voyage**

Contact : Noëlle : 06 84 53 00 87

SAMEDI 07 FEVRIER 2026 : rando santé

De MERY-SUR-OISE à PONTOISE : **09 km**

- Parc de Méry-sur-Oise ;
- Auvers-sur-Oise ;
- Bords de l'Oise.

Rendez-vous : à 8h10 sur le parvis de la gare de Saint-Denis pour prendre à 8 h32 le Train H VOBA vers Persan-Beaumont.

Durée du trajet : 33 min ; Retour prévu à St Denis vers 13h30.

Tarif : **Zones 1-3 : Pass Navigo ou 2,50 € par voyage**

Contact : Nouredine : 06 58 41 64 48

SAMEDI 21 FEVRIER 2026 :

De PALAISEAU-VILLEBON à LOZÈRE : **08 km**

- Au fil de l'eau : La Boële, les Paradis, l'Yvette.

Rendez-vous : à 8h00 sur le parvis de la gare de St Denis, pour prendre à 8h14 le RER D ROPO direction Corbeil-Essonnes. Changement à Châtelet-les Halles pour prendre à 8h40 le RER B PIRE direction Massy Palaiseau. Arrivée à Palaiseau-Villebon à 9h07.

Durée du trajet : 1h07 ; Retour vers 13h30

Tarif : zones 1-3 : Pass Navigo ou 2,50 € par voyage

Contact : Nouredine : 06 58 41 64 48

SAMEDI 14 MARS 2026 : rando santé

A la découverte **du VIEUX PONTOISE** et des bords de l'Oise : **08 km**

Rendez-vous : à 8h05, sur le parvis de la gare de Saint-Denis pour prendre le train H Opoc de 8h17 jusqu'à Pontoise, son terminus. Durée du trajet : 36'.

Retour vers 13h/13h30

Tarif : 2,50 € par voyage ou Pass Navigo ;

Contact : Michel : 06 27 84 05 82

SAMEDI 28 MARS 2026 : rando santé

De RUEIL-MALMAISON à CHATOU-CROISSY :

07 km

- Les Bords de Seine.

Rendez-vous : à 08h00, sur le parvis de la gare de Saint-Denis pour prendre le RER D Ropo de 8h12 jusqu'à Châtelet-les Halles, puis le RER A Zebu de 8h32 jusqu'à Rueil-Malmaison.

Durée du trajet : 38' - Retour vers 12h30-13h

Tarif : 2,50 € par voyage ou Pass Navigo ;

Contact : Michel : 06 27 84 05 82