



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 4^{ème} TRIMESTRE 2026 Randonnées - Dimanche

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 40€ (ou 50€ 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!



DIMANCHE 04 OCTOBRE 2026 : Evènement FFR 93

MARCHE EN 93 au parc de la Poudrerie :

**- RANDOS & ANIMATIONS GRATUITES OUVERTES A TOUTES ET TOUS & SANS PRÉ-INS-
CRIPTION - Le CDRP 93 assure l'animation. Philippe vous accompagnera jusqu'au point
de rendez-vous puis vous pourrez choisir librement vos activités de la journée.**

MATIN		APRÈS-MIDI	
Choix des activités	Départ	Choix des activités	Départ
 Grande Randonnée 12km	9h30	 Rando Santé®	14h
 Marche d'Endurance	9h30	 Marche Nordique initiation	14h
 Rando Patrimoine	10h	 Bâtons Dynamiques initiation	14h
 Rando Santé®	10h	 Rando Patrimoine	15h
 Marche Nordique initiation	10h	 Musée en visite libre	14h30 à 17h
 Marche Nordique confirmée	10h		

Rendez-vous : à 8h00 au RER B de la Plaine-stade de France pour prendre à 8h11 le RER B ILUK direction Mitry-Claye jusqu'à Vert Galant. Durée du trajet : 19 min.

Tarif : 2 x 2,55 € par voyage ou Pass Navigo 2-4 zones

Contact : Philippe : 06 36 27 83 00

DIMANCHE 18 OCTOBRE 2026 : PORTES OUVERTES difficulté → 2 chaussures

LA FERTE-SOUS-JOUARRE en boucle : 20km

- Vallée de la Marne, coteaux du bois de la Barre, mini carrières de pierre meulière.

Rendez-vous : à (heure à confirmer lors du rappel) sur le parvis de la gare de Saint-Denis pour prendre la ligne H jusqu'à gare du Nord. Transfert vers la gare de l'est pour prendre la ligne P direction Château-Thierry. Départ à 8 h 49. Arrivée à La Ferté-sous-Jouarre à 9 h 31.

Tarif : 2 x 2,55 € par voyage ou Pass Navigo

Contact : Virginie : 06 62 13 27 53

DIMANCHE 08 NOVEMBRE 2026 : difficulté → 1 chaussure

DE LA BASTILLE AU PANTHEON : 17 km

- exploration de la proximité des lieux célèbres et moins célèbres de Paris avec pique-nique dans les jardins du Louvre.

Rendez-vous : Les informations précises vous seront communiquées lors du rappel.

Tarif : Pass Navigo ou 2 x 2,55 €

Contact : Pierre : 06 45 88 51 59

SAMEDI 14 NOVEMBRE 2026 : Assemblée générale du club

Elle se déroulera à 9h00 à la Bourse du travail de Saint Denis située à proximité du métro Porte de Paris. Vous recevrez les documents ultérieurement par mail. **Attention** : Seuls les adhérents 2026-2027 pourront voter.

DIMANCHE 22 NOVEMBRE 2026 :

difficulté → 2 chaussures

Toutes les informations seront données lors du rappel.

Contact : Noëlle : 06 84 53 00 87

DIMANCHE 29 NOVEMBRE 2026 : **Circuit sportif**

difficulté → 4 chaussures

DE LUZARCHES à L'ISLE-ADAM :

29 km

- Luzarches, Viarmes, forêt de Carnelle, L'Isle-Adam par les bords de l'Oise.

Rendez-vous : à 7h55 sur le parvis de la gare de Saint Denis pour prendre le Train LOMI de la ligne H à 8h10 jusqu'à Luzarches. (Départ à 8h04 depuis la gare du Nord)

Possibilité d'écourter la randonnée à Viarmes.

Retour par Luzarches.

Tarif : Pass Navigo ou 2 x 2,55 €

Contact : Martin : 06 18 79 05 01

DIMANCHE 06 DÉCEMBRE 2026 :

difficulté → 1-2 chaussures

De VAUCRESSON à SAINT-GERMAIN-EN-LAYE :

20 km

- la forêt de Malmaison, l'étang de Saint-Cucufa, les bords de Seine et la terrasse Le Nôtre.

Rendez-vous : à 8h20 au métro Saint-Denis-Porte de Paris pour aller prendre, à la gare Saint-Lazare, le train ligne L à 9h17. Retour par la gare du RER A de Saint-Germain-en-Laye.

Tarif : 2,55 € par voyage ou Pass Navigo Zones 1 à 4

Contact : Blandine : 06 33 60 45 04

DIMANCHE 13 DÉCEMBRE 2025 :

difficulté → 2 chaussures

SAINT-NOM-LA-BRETÈCHE EN BOUCLE:

20 km

- Forêt domaniale de Marly, ses vallons et ses anciennes allées de chasse,
- étangs et sous-bois autour de L'Étang-la-Ville et de Saint-Nom-la-Bretèche.

Rendez-vous : : à 7h45 devant les guichets du métro Saint-Denis-Porte de Paris pour prendre la ligne 13 à 7h53 (direction Châtillon-Montrouge). Changement à la gare Saint-Lazare pour prendre la ligne L : train PIKI direction Saint-Nom-la-Bretèche de 8h17.

Arrivée à 8h52 - durée du trajet : 1h

Tarif : 2 tickets (2 x 2,55 €) ou Pass Navigo

Contact : Camille : 06 03 71 14 86