



JUIN 2022

Réunion mensuelle du
1^{er} juin 2022

8 Pousse-Cailloux étaient
présents :

Dominique AMY
Aurélié BOURLIATAUD
Maryvonne BUFFARD
Stéphane DI GRACI
Jacques LABROUSSE
Framboise LANOIR
Patrice RABILLON
Annick SOURD

Youpi ! Nous pouvons enfin pouvoir nous réunir, après ces deux derniers étés sans pouvoir le faire... Ouf !

Alors réservez votre dimanche 3 juillet.

Nous nous retrouverons au 9 rue du Point du Jour 78950 Gaillon-sur-Montcient.

Nous commencerons cette journée amicale et sportive à 8h30 par une randonnée d'une petite dizaine de km au départ d'Andrésy (parking des Coutures). Puis nous nous retrouverons soit sur place à 12h30, soit à 12h au Parking des Coutures pour organiser un covoiturage jusqu'à Gaillon-sur-Montcient.

Comme nous aurons bien marché, nous aurons le plaisir de prendre un apéritif qui sera suivi d'un pique-nique sur place.

L'après-midi sera consacré à des jeux par équipes.

Et pas de panique, si une ondée décidait de nous gâcher la fête, ce serait peine perdue car nous pourrions nous mettre à l'abri.

N'oubliez pas d'apporter vos T-shirts verts pour que nous puissions faire une belle photo souvenir. Pour ceux qui n'en n'ont pas encore eu, pas de souci, il y aura une distribution sur place.

Alors si nous ne l'avez pas encore fait, envoyer d'ici le 12 juin un mail à contact.poussecailloux@gmail.com pour nous informer de votre venue.

Nous vous attendons nombreux à cette journée placée sous le signe de l'amitié, la convivialité, la joie de se retrouver, la bonne humeur, l'humour et la rigolade...

Au grand plaisir de partager ce moment avec vous.

Framboise et Patrice

C'était Hier

Le dimanche 10 avril 2022 – Tremblay sur Mauldre 22 km parcourus -11 participants

Surprise sur le parking au moment du départ : changement de meneurs, changement de destination, seuls l'horaire et la distance sont respectés. Au lieu du Tremblay sur Mauldre, retour à Arronville 5 ans après notre dernière visite. La météo est idéale : fraîcheur au départ vite dissipée, ciel bleu, pas de vent, chemins à peu près secs. Une légère contrariété peu après le départ : le chemin prévu a disparu sous les labours, nous obligeant à emprunter 2 km de GR également au programme de l'après-midi.... Peu avant la pause-café, la plupart des participants découvrent le château de Balincourt dont l'histoire, ainsi que celle de la famille des propriétaires actuels, sera narrée par le détail à la fin de la halte. Pour ceux qui seraient intéressés, la vie de Basil Zaharoff racontée par Wikipédia vaut largement tous les meilleurs romans d'aventure ! En montant au bois de la Chapelle, nous sommes dépassés par un attelage inattendu, mais les chiens de traîneau - à roulette - n'ont pas l'air d'apprécier la température printanière. Plus loin, joli parcours en balcon face au château de Frouville. Après la traversée de Messelan, petite montée en forêt avant le pique-nique. En raison du succès rencontré par la première partie de la sortie, personne ne renâcle devant la réédition des 2 km de GR effectués le matin. La rando se termine par la boucle de Margicourt offrant de belles vues sur Amblainville et Arronville que l'on atteint par une ultime grimpe.

Dominique et Pierre BERARD

Merci à Dominique et Pierre d'avoir remplacé Aurélie au pied levé.

Balade originale loin des grands axes routiers qui nous a fait goûter au charme de la campagne française ; on ne se serait pas cru à seulement quelques dizaines de km de la capitale. L'air de rien, nous avons parcouru 22 km avec un dénivelé de 354 m. Merci Dominique et Pierre pour cette superbe rando découverte. Et pour finir quelques clichés de cette belle journée...



Le dimanche 10 avril – Forêt de l'Hautil – 10 participants – 12 km

Par un beau soleil, nous primes gaiement le chemin de la forêt. Dans quel état allaient être les sols après la pluie diluvienne de vendredi ? Plusieurs itinéraires bis ont dû être improvisés, mais bonne humeur, solidarité furent au rendez-vous. L'itinéraire proposé (la maison de retraite, l'observatoire, la ferme pédagogique, puis le centre équestre du Fay) semble avoir réjoui nos randonneuses et notre randonneur. Nous étions 10 : pas mal pour un dimanche avec 2 randos sur le planning. Merci à tous pour ce partage et à bientôt.

Nadine BELLOT

Lundi 11 avril – Marche Dynamique – Andrésey – Triel - Poissy – 22 km – 8 participants

Nous sommes 8 au rendez-vous au stade Diagana à Andrésey. Le temps est idéal avec un beau ciel bleu. Nous partons sur Chanteloup que nous traversons d'Est en Ouest pour arriver à Triel via diverses sentes. Nous poursuivons à mi-hauteur de Triel toujours par des sentes et descendons sur les quais de Seine en passant par l'Eglise Saint-Martin. Nous traversons le fleuve et nous nous dirigeons sur Médan puis Villennes et rejoignons Poissy en passant par le nouveau chemin aménagé en bord de Seine. Nous retraversons la Seine par le pont de Poissy et nous arrivons à notre point de départ en ayant effectué une boucle de 22 km menée à 5.9 km/h. Un joli parcours diversifié.



Framboise LANOIR

Dimanche 17 avril –Pâques – 9 participants – 9 km parcourus – 2 voitures – 18 km A&R

Très belle rando en forêt de St Germain avec un départ depuis le Croix de Noailles. Des sous-bois tapissés de fleurs, du soleil, que demander de plus en ce dimanche de Pâques. 9 km parcourus et de retour à temps pour le repas en famille !

Marie-Françoise CHALAVOUX

Lundi 18 avril 2022 – 9 participants – 13 km parcourus

En ce lundi de Pâques, nous sommes 9 à prendre la destination de Pontoise, pour une randonnée de 13 km. Après un regroupement devant l'Office de Tourisme, nous longeons l'Oise jusqu'à Chaponval. Puis nous prenons de la hauteur, en rejoignant le coteau. Une petite descente et nous arrivons à Valhermeil. Nous poursuivons ensuite dans un sous-bois avant d'emprunter plusieurs chemins qui nous mènent jusqu'à l'Hermitage. Une dernière petite montée et nous voilà dans le centre de Pontoise où nous flânons dans les rues historiques, en redécouvrant l'hôtel de ville, le musée Tavet-Delacour, la place des Moineaux, la cathédrale St Maclou et le Monastère du Carmel.

De quoi nous mettre en appétit ! Nous concluons, ainsi, cette lumineuse matinée par un sympathique pique-nique au bord de l'Oise.



Annick SOURD

Dimanche 24 avril 2022 – Randonnée en 8 autour de Mareil-sur-Mauldre – 16 participants – 24 km en 2 fois 12 km matin et après midi

En ce beau et doux dimanche ensoleillé d'Avril, nous sommes 14 Pousse-Cailloux et 2 invités au rendez-vous à la gare de Mareil-sur-Mauldre. La randonnée du jour se compose de 2 boucles de 12 km, permettant à celles et ceux qui ne souhaitent marcher que le matin de nous quitter à la fin de la première boucle, de retour au parking de stationnement des véhicules. La première boucle en direction du Sud, sur les coteaux de la Mauldre nous mène jusqu'à Beynes. En passant à Montainville où il séjournait, nous allons saluer Bourvil dans sa dernière demeure. Puis nous continuons sur le coteau avec une superbe vue sur la vallée et le coteau opposé.... Beaucoup

de fleurs, et ça sent bon ! Près des vignes de Beynes, nous faisons la pause avec une jolie vue sur Beynes. Puis nous descendons sur Beynes avec un passage au vieux château avec ses nouveaux habitants (moutons et chèvres) puis, au joli lavoir. Nous remontons sur le coteau opposé pour le retour vers Mareil en passant par La Maladrerie. Au parking à midi pétante, 7 randonneurs partent et les 9 autres prennent leur pique-nique sur la grande étendue herbeuse au bout du parking. Nous sommes assis en rond pour tous nous voir pour un apéritif bien frais proposé gentiment par Philippe. Nous discutons beaucoup des tiques suite à la découverte d'une de ces bestioles sur ma chaussette : elle est présentée à celles et ceux qui ne la connaissent pas, puis elle est exécutée sans procès.

Départ pour la boucle de l'après-midi vers l'Est en direction des Alluets-le-Roi. Pierre me demande de faire la boucle dans l'autre sens pour éviter une grosse mais courte montée dès le début... Je m'exécute et nous allons donc vers la ferme de Launay. Nous marchons bon train jusqu'aux Alluets, puis au retour, par le joli village d'Herbeville.



Stéphane DI GRACI

Mercredi 27 avril – Marche Dynamique – Auvers-sur-Oise – 24 km – 4 participantes

Nous sommes une équipe uniquement féminine de 4 Pousse-Cailloux pour un circuit au départ de la gare d'Auvers sur Oise. C'est d'un pas joyeux et ferme que nous démarrons ce parcours en longeant les bords de l'Oise sur environ 6 km. Nous bifurquons sur la droite (à gauche il faut nager !) pour rejoindre la Sente du Chou puis d'autres sentes pour arriver à la Vallée de la Cléry que nous traversons. Nous arrivons à Ennery et passons devant sa charmante église son joli château puis nous empruntons divers chemins à travers champs pour repartir sur les hauteurs d'Auvers. Des sentes qui montent, d'autres qui descendent et nous arrivons devant la Maison du Docteur Gachet dont nous visitons les jardins et l'intérieur de la bâtisse. C'est reparti direction le château d'Auvers avec un passage dans les jardins à la française. Nous filons ensuite, toujours via de charmants sentiers et ruelles jusqu'au cimetière pour voir la tombe de Vincent et Théo Van Gogh. Nous repartons ensuite à l'église d'Auvers immortalisée par le célèbre peintre pour rejoindre le parking du départ non sans une dernière surprise visuelle que je ne vous dévoilerai pas sinon ce ne sera plus une surprise pour celles et ceux qui feront cette randonnée que je reprogrammerai. Au total ce sont 24 km marchés à 6 km/h (sans les temps de visites touristiques !) aux doux parfums des glycines, lilas, iris, valérianes et autres plantes colorées pour notre plus grand ravissement.



Framboise LANOIR

Dimanche 1^{er} mai – Rando Challenge du CRPP Ile de France à BEYNES – 3 participants

Nouveau challenge pour les Pousse-Cailloux avec le Rando Challenge du CRRP Ile de France à Beynes (de retour après 8 ans). Beaucoup d'équipes inscrites aussi bien pour la version "Famille" que pour la "Compétition" en cette belle journée du 1er mai... Notre parcours est idéal avec la découverte très exacte du temps cible, mais nous manquons 2 balises et quelques (ou plus) questions inexactes. Bref, nous avons parcouru environ **17 km**.

Nota : la photo montre les coupes que nous aurions pu gagner... 😞 mais finalement, nous avons passé une excellente journée 😊

Prochain challenge le 2 Octobre aux Clayes S/Bois



Stéphane DI GRACI

Dimanche 1^{er} mai, Forêt de l'ISLE ADAM – 15 participants – 15 km – 4 voitures – 50 km A&R

Belle journée en perspective, 15 randonneurs plein d'espoir de ramasser du muguet. Du parking du "Carrefour du Pavillon de Paris" nous voilà partis sur le mauvais sentier, faute à ces randonneurs impatients de se dégourdir les jambes. Première à droite et l'on retrouve le PR qui nous mène à "la Grille des Bons Hommes", nous continuons sur le PR pour rejoindre "Le Coteau de l'Etang" que nous empruntons jusqu'à "la Porte Noire". Toujours pas de muguet en vue. Nous longeons le mur de "l'Abbaye du Val", passons sous la N184 et longeons "Les Hauts Buis". La pause-café se fait au Pt80. L'espoir de trouver du muguet baisse, le terrain est vraiment sec. Nous repartons sur le PR, suivons "La route du" Poirier Greffés". Les premières feuilles vertes apparaissent, l'espoir revient. Sur "La Route des Bons Hommes", les premières clochettes à peine sorties font leurs apparitions. Après le "Poteau de la Tour" sur la "Route des Bons Hommes" la cueillette commence sur les bas-côtés. Au "Rond de L'Isle-Adam" photo de famille avec les bouquets de muguet bien en vue. Retour au PK à 12h15, mission accomplie pour le meneur, ce n'était pas gagné pour le muguet.

Merci à tous de votre bonne humeur. A bientôt pour d'autres chemins.

Jacques GAUDRY

Dimanche 8 mai Le Moulin d'ORGEVAL – 16 km -

C'est sous un ciel couvert et un vent plutôt frais que nous partons des étangs d'Abbécourt en direction des Flambertins de Crespières. Après ce parcours routier, nous entrons dans la forêt des Flambertins pour rejoindre Crespières. Après le stade, nous avons la surprise de trouver une clôture sur notre parcours habituel. Pas de panique ! Nous appliquons le plan B qui consiste à contourner l'obstacle par un tracé pas toujours évident, mais il en faut plus pour nous perdre et nous retrouvons la suite de notre itinéraire. Pour nous remettre de notre « déviation » nous effectuons une pause-café réconfortante pendant laquelle nous assistons au passage d'un groupe de cavalières sur de magnifiques montures. Nous poursuivons vers les Beurreries de Feucherolles, parmi les champs de blé où l'on devine déjà un manque de pluie pour les cultures. Un petit chemin en sous-bois et nous arrivons au parking plus tôt que prévu à cause du chemin barré qui nous a fait perdre un bon kilomètre. Mais comme tout cela s'est passé dans la bonne humeur tout est bien qui finit bien. Merci à mes compagnon(nes) d'aventure et à une prochaine fois.

Jacques LABROUSSE

Dimanche 15 mai DAVRON – 14 participants – 14 km parcourus – 5 voitures – 38 km A&R

« Nous partons de Davron par le sud-ouest en contournant le parc du château de Wideville. Peu après, sur le PR en direction de Crespières nous franchissons un original petit pont de pierre en forme d'arcade sous lequel coule un petit ruisseau. Ce site donne une ambiance rafraîchissante à cette sortie qui s'annonce déjà chaude malgré

l'heure matinale. Avant d'atteindre Crespières nous visitons le lavoir très bien restauré du Clos Chaudron. Un peu plus loin, à travers les arbres, nous apercevons « une maison bleue » qui rappelle des souvenirs à certains d'entre nous. Nous entrons dans Crespières par la rue d'Enfer puis la rue du Paradis. Nous gravissons ensuite la cote de Poissy au sommet de laquelle nous effectuons une pause rafraîchissement. Voici maintenant les Flambertins d'Orgeval et sa plaine agricole bien verte. Nous rejoignons Davron par la croix Ste Geneviève et le chemin Vert. Merci à tous les participant(e)s et à une prochaine fois pour un autre parcours.



Jacques LABROUSSE

Dimanche 22 mai – JOUY en JOSAS – 9 participants – 23,5 km parcourus – 4 voitures – 86 A&R

Heureuse surprise de trouver 8 volontaires pour une journée annoncée à 24- 25 km, surtout que les habitués adeptes des longues distances font défaut.

Départ du parking de la gare de Jouy direction Les Loges en Josas avec sa jolie place fleurie. Nous abordons les Côtes de Montbrond en descente avant de faire la pause-café au bord d'un étang sans nom sous un magnifique tulipier de Virginie. Nous reprenons notre cheminement en côte pour rejoindre St Marc ou Mard, petit village avec belles propriétés en place ou à venir.

Après avoir longé un golf nous admirons la grande et belle ferme de Viltain, bordée de rosiers en pleine floraison, avec ses nombreux troupeaux de laitières. Après quelques montées et descentes, nous revoilà à Jouy avant midi pour récupérer notre repas. Une participante nous quitte. Pique-nique dans le parc de jeux face à la gare avec apéro au vin de sureau récolté il y a un an.

L'après-midi s'annonce plus incertain côté météo, un petit vent frais nous oblige à remettre les vêtements à manches et 3 gouttes de pluie permettent aux plus prévoyants, dont je ne fais pas partie, d'aérer la cape.

La remise en jambe sur le plat se transforme vite en montée avec une série d'escaliers, suivie d'une descente puis d'une nouvelle montée. C'est là que certains vont assister à la chute d'un cycliste qui reste à terre. Notre parcours nous mène dans sa direction et c'est l'occasion d'étréner la trousse de secours. Les blessures sont bénignes. Nous pénétrons dans le domaine boisé de Montéclin pour rejoindre Vauboyen, le Val d'Albian et redescendre à travers bois à Jouy, non sans avoir acheté son pot de miel à un producteur limousin, installé à Jouy. Nous rejoignons les voitures à 16h après traversé le centre de la ville où tous les commerces ou presque sont représentés.

Merci à toutes et tous pour votre indulgence dans mes hésitations et pour votre aide avec les GPS que je pratique peu. Nous reviendrons dans ce périmètre à l'automne avec quelques visites culturelles à la clé.



Aurélié BOURLIATAUD

Lundi 23 mai – Marche Dynamique – Jouy – Hautil – Vaux – Menucourt – 22 km – 8 participants

Nous sommes 8 Pousse-Cailloux tout de vert vêtu à nous retrouver, pour un circuit au départ la ferme d'Eancourt. Nous démarrons en descendant dans le bas de l'Hautil pour effectuer une première grimpette ardue et redescendre sur les quais de Seine à Triel en passant par l'Eglise Saint-Martin. Comme elle est ouverte, nous en profitons pour la visiter et admirer ses magnifiques vitraux. Nous poursuivons notre chemin en remontant sur les hauts de Triel via diverses sentes et chemins. Nous replongeons dans l'Hautil avec la fameuse côte de Mareille. Nous repartons sur l'Est pour récupérer le Chemin des Meuniers. Arrivée à la mare de l'Hautil, superbement décorée de joncs en fleurs et de nénuphars, il commence à pleuvoir, d'où un arrêt « habillage ». Nous repartons en forêt et la pluie cesse. Séance « déshabillage » ! Nous referons cet exercice par deux fois en très peu de temps avant que la pluie ne cesse totalement en arrivant à la D17 que nous traversons pour rejoindre Vaux sur Seine via le bois de Fort Vache. Nous traversons les hauts de Vaux et rejoignons la jolie ferme aux Saules via le chemin du Haut Rucourt. Nous atteignons Menucourt et rejoignons l'Hautil via des sentes et une nouvelle pente ardue. Nous arrivons à Boisemont et bouclons notre circuit de 22 km menés à 5.7 km/h de moyenne avec près de 500 m de dénivelés. Une bonne matinée sportive en plein air avec des paysages diversifiés.



Framboise LANOIR

Jeudi 26 mai 2020 – La PERSANAISE – 2 participantes pour 25 km – 5 participants pour 17,5 km

Pas de grasse matinée pour les 6 marcheuses et leur meneur en ce jeudi férié 26 mai., la 7^{ème} Marche Persanaise organisée par l'Association de Randonneurs La Copette nous attend. Départ groupé de Persan pour une balade qui nous fera d'abord traverser une magnifique zone marécageuse où les iris jaunes et les nénuphars sont les rois pour ensuite nous mener, à travers bois et sentiers, jusqu'aux rives de l'Oise. Là, c'est la séparation en 2 groupes : les plus téméraires, Françoise V. et Sandrine se lancent sur le parcours des 25 km tandis que le reste de la troupe dont votre serviteur, plus pragmatique peut-être face aux « énooormes » difficultés qui l'attend, se contente du parcours des 17,5 km. Nous longeons sur une grande longueur l'Oise jusqu'à un pont que nous traversons pour aboutir, sur l'île des Aubins, à l'immense stand de ravitaillement ; pas de problème, à ce niveau, l'organisation est parfaite : les bénévoles sont très accueillants, les sandwiches, merguez et divers encas sont en quantités plus que suffisantes. Quelques minutes de pause et nous repartons en direction de Noisy sur Oise et c'est là que les choses se corsent ; les balisages et la signalétique deviennent beaucoup plus hasardeux sinon inexistantes et les plans du parcours distribués au départ de la rando sont quasiment indéchiffrables. Heureusement pour nous, nous avons (presque) toujours l'intuition de suivre les marcheurs qui empruntent le bon parcours si bien que, de la forêt de Carnelle que nous traversons très partiellement jusqu'à notre retour au point de départ, en repassant bien entendu par le point de ravitaillement où nous ripaillons allègrement, nous ne faisons que 2 km supplémentaires par rapport au kilométrage initial indiqué. In fine, nous avons passé quelques heures bien agréables malgré un retour monotone le long de l'Oise dans un couloir tracé dans un interminable champ de blé. Bravo à tout le monde et notamment à Françoise N. qui, malgré son handicap provisoire a suivi son chemin comme les autres.



Patrice RABILLON

Dimanche 29 mai 2022 – CONDECOURT – TESSANCOURT sur AUBETTE

En ce dernier dimanche de mai, nous sommes 10 Pousse-Cailloux à nous retrouver sur le parking de Condécourt. Le temps est frais et agréable et nous nous réchauffons vite après quelques pas en direction de la colline en face du château de Vilette : nous avons une belle vue de celui-ci bien éclairé par le soleil. Nous marchons ensuite en direction de Tessancourt que nous traversons via son église. Nos pas nous mènent ensuite à Gaillon sur Moncient, puis sur un chemin le long du golfe de la chouette (petite pensée pour ce pauvre chevreuil). En sortie du bois, nous prenons notre pause au soleil.

En route ensuite vers Rueil, avec ses multiples pâturages avec des chevaux. Nous bouclons à travers les parcelles cultivées où nous nous rendons compte de l'état d'avancée des cultures : blé, orge, maïs, betterave et colza. Nous avons parcouru un chouilla plus que 16km en 4h20, pause comprise.



Stéphane Di GRACI

Dimanche 29 mai 2022 'Le VESINET - 8 participants – 6 km parcourus

Nous sommes 8 à rejoindre au Vésinet Marie-Françoise CHALAVOUX qui va nous guider sur un peu plus de 6 km dans cette petite ville calme et verdoyante, le long de promenades paysagères et de larges plans d'eau. Les rues et chemins sont bien entretenus et on y croise de somptueuses demeures dont certaines ont abrité des hôtes célèbres (Joséphine BAKER, le Général DE GAULLE ou encore Julien GREEN). Autant l'opulence de certaines d'entre elles laisse rêveur, autant le délabrement de quelques autres laisse perplexe.

Nous apprécions particulièrement la promenade d'Outremont, l'île des Ibis et nous avons la chance d'admirer de nombreux oiseaux au niveau des lacs.

En définitive, le circuit s'avère facile, agréable et particulièrement bien documenté et cerise sur le gâteau : nous bénéficions d'une météo certes un peu fraîche pour une fin mai mais relativement ensoleillée. Merci Marie-Françoise pour cette balade insolite.



Patrice RABILLON pour Marie-Françoise CHALAVOUX

MARCHES NORDIQUES

SYNTHESE COMPTES-RENDUS DES MARCHES NORDIQUES MAI 2022

Date	PCA	Lieu	Km faits	Vitesse Moy.	XX	Animateurs	Observations
05/05/2022	12	Forêt de Saint-Germain (Croix de Noailles)	12	6.3	20	Framboise Lanoir	Nous sommes 12 marcheurs pour effectuer ce parcours de 12 km en forêt de Saint-Germain au départ de la Croix de Noailles. Une série d'échauffements et nous partons plein sud pour rejoindre la Mare aux Canes. Nous bifurquons ensuite sur l'est pour rejoindre les terrasses du château de Saint-Germain. Nous remontons plein nord en passant par le château du Val et de nombreux sentiers fleuris pour rejoindre notre point de départ. A l'arrivée, une séance d'étirements et un verre de l'amitié pour clore cette agréable sortie menée à 6.3 km/h de moyenne avec quelques pointes à 7 km/h.
07/05/2022	17	Andrézy - Etang du Corra - Andrézy (Blondeau)	10.3	6.1	20	Didier Jollivet	Nous sommes 17 Pousse-Cailloux au départ et le temps est tout à fait correct pour pratiquer notre sport. Après la séance d'échauffements, nous partons en direction de Conflans et rejoignons le Pointil. Nous longeons le bord de Seine jusqu'au pont jaune que nous traversons par la voie piétonne. Arrivé sur la rive opposée, une courte pause-boisson et puis nous repartons vers l'étang du Corra. Une fois entré dans la base du Corra, nous effectuons le tour de l'étang. Nous effectuons quelques exercices de renforcements musculaires et nous prenons le chemin du retour vers Andrézy. Comme nous avons un peu d'avance sur l'horaire, nous prolongeons notre parcours par le bord de Seine à Andrézy et nous rejoignons notre parking en passant par la côte de la gare de Maurecourt. Nous avons progressé à 6.1 km/h. En fin du parcours de 10.3 km des étirements sont réalisés. Désolé, il n'y a pas eu de photos prises suite à un oubli de ma part, j'ai dû trop bavarder en marchant !
12/05/2022	18	Maurecourt - Bois de Neuville (Blondeau)	11	5.8	20	Framboise Lanoir	Nous sommes 18 Pousse-Cailloux à nous retrouver au parking de l'Espace Blondeau pour découvrir les bois de Neuville (du moins pour certains d'entre-nous). Après les échauffements classiques, nous partons via des sentes à travers Maurecourt et les champs au-dessus de Jouy le Moutier pour passer le pont de Neuville. Nous filons sur la gauche pour traverser Neuville et nous prenons une petite sente en direction des bois. Nous faisons une première pause à notre arrivée dans les bois. Il fait soif ! Nous repartons toujours dans les bois que nous sillonnons. Nous passons ensuite sur un chemin bordé de serres remplies de légumes divers et variés. Nous arrivons ensuite sur les bords de l'Oise et nous repassons le pont de Neuville pour rejoindre l'autre berge que nous suivons jusqu'à Maurecourt. Nous arrivons à notre point de départ via la jolie sente Berthe Morisot. Des étirements closent cette séance de nordique de 11 km

							menée à 5.8 km/h de moyenne. Encore merci à Annie pour m'avoir fait découvrir les bois de Neuville.
14/05/2022	11	Maurecourt - Conflans - Pont de Neuville - Maurecourt (Blondeau)	10	5.5	20	Xavier Louvencourt	Départ du parking de Gérard Blondeau après une séance d'échauffement, direction le chemin du Tartaleau vers sente Berthe Morisot et Jouy le Moutier par l'ancienne voie ferrée. Nous traversons le pont de Neuville, puis le château et le « Cocott'arium » de Neuville. Retour vers Maurecourt en longeant l'Oise avec la pose photo.
19/05/2022	23	Forêt de l'Hautil (Blondeau)	11.5	5.5	20	Didier Jollivet	Il fait beau ce matin et nous sommes 23 Pousse-Cailloux au départ du parking de la salle Blondeau à Maurecourt. Après les échauffements, nous prenons la direction de la plaine pour rejoindre le parcours "Octobre rose" vers le château du Faÿ, nous pénétrons et nous grimpons dans la forêt de l'Hautil toujours sur ce même circuit, ensuite nous dérivons pour effectuer une belle boucle en sous-bois, merci à Brigitte et Framboise pour leur aide à diriger le groupe sur cette partie de circuit forestier. Nous redescendons vers Andrésey puis Maurecourt et pour terminer notre périple. Une séance d'étirements est réalisée.
21/05/2022	11	Peuple de l'Herbe ou Parc Meissonnier (Carrières)	10	5.7	20	Xavier Louvencourt	Départ du stade de Carrières après quelques échauffements, le long de la Seine la température est agréable jusqu'au parc. A partir de ce moment il y a peu de couvert végétal et, aussi peu de marcheurs et de joggeurs. Sur la fin de notre parcours nous rencontrons un autre groupe de marcheurs nordiques.
26/05/2022	8	Base de loisir de Cergy-Neuville via les chemins de halages (Neuville)	12	6	20	Stéphane Di Graci	Nous étions 8 Pousse-Cailloux en ce jeudi de l'ascension pour une séance de marche nordique sur la base de Cergy-Neuville au départ de Neuville village. Nous prenons le chemin de halage jusqu'à l'entrée de la base. Puis nous faisons toutes les bosses possibles avant d'entamer le tour des étangs. Nous rentrons par le même chemin de halage sans oublier de faire une dernière série de bosses. Nous avons parcouru 12 km à un rythme pause comprise de 5,5 km/h avec le meilleur kilomètre à 6,3 km/h. Tout le monde a bien suivi et semblait content de cette sortie.
28/05/2022	13	Forêt de Saint-Germain (Croix de Noailles)	9.2	6.2	20	Michel Neyt	Nous sommes 13 Pousse-Cailloux qui ont préféré la fraîcheur de la Forêt de Saint-Germain à la chaleur des nombreuses plages dont notre pays est doté ! Après avoir effectué les échauffements habituels sous la houlette de Michel, nous partons pour un périple maintenant bien connu des marcheurs nordiques, avec ses sentiers, ses bosses et ses 2 ponts chevauchant les lignes SNCF. Le rythme est soutenu (6, 2 km/ h en moyenne). Quelques étirements et nous nous quittons tous satisfaits de cette agréable matinée parfaitement orchestrée par Michel. (Patrice Rabillon)



Jeudi 28 avril en forêt de Poissy



Samedi 21 mai au Parc du Peuple de l'Herbe



Jeudi 5 mai en forêt de Saint-Germain



Jeudi 12 mai nouveau parcours dans les bois de Neuville



Jeudi 26 mai – Tous en vert !!



Samedi 28 mai en Forêt de St Germain



Rappel des règles de covoiturage :

- ✓ Une petite participation est demandée à chaque passager, à savoir :
 - Sorties habituelles : 1€ pour la Marche Nordique et 2 € pour les randonnées pédestres
 - Sorties un peu plus lointaines pour la Marche Nordique : 2 €
 - Sorties au-delà de 80 km aller/retour : 3 €
 - Grandes sorties (bords de mer, week-ends, semaines) : frais réels à partager
- ✓ Pour le retour en voiture, prévoir des chaussures de rechange.



Le jeudi 2 juin 2022 Marche Nordique Dynamique de 9h à 11h30 – Etang du Corra

Rdv à 8h50 Parking de l'étang du Corra à gauche

Ou à 8h40 Parking Espace Blondeau pour le covoiture sur appel téléphonique

Framboise LANOIR (06 34 36 05 06)



Le samedi 4 juin 2022 Marche Nordique Dynamique de 9h à 11h30 – Peuple de l'Herbe ou Parc

Meissonnier

Rdv à 8h50 Parking Stade Mazière Carrières Sous Poissy (pas de covoiturage)

Xavier LOUVENCOURT (06 86 17 02 02)



Le dimanche 5 juin 2022 : Rando de 8 à 10 km à Cergy

Rdv à 8 h 50 au parking habituel d'Andrésy, angle de la rue des Coutures et de la rue Pasteur

Ou à 9 h 10 au parking du pont de Neuville (en contre bas à droite)

Départ de la rando à 9 h 15

Marie-Françoise CHALAVOUX (06 81 20 56 25)



Le jeudi 9 juin 2022 Marche Nordique Dynamique de 9h à 11h30 – Peuple de l'Herbe ou Parc Meissonnier

Rdv à 8h50 Parking Stade Mazière Carrières Sous Poissy (pas de covoiturage)

Michel NEYT (06 70 81 94 55)



Le samedi 11 juin 2022 Marche Nordique Dynamique de 9h à 11h30 – Forêt de l'Hautil

Rdv à 8h50 Parking angle rue des coutures et rue Pasteur à Andrésy (pas de covoiturage)

Catherine BLEVIN (06 29 48 15 37)



Le dimanche 12 juin 2022 Matinée avec une randonnée fleurie de 12km – Villennes - Médan

Rdv à 9h25 Parking de la gare de Villesnes

Ou 9h au parking habituel d'Andrésy, angle de la rue des Coutures et de la rue Pasteur

Départ 9h30

Catherine BLEVIN (06 29 48 15 37)



Le jeudi 16 juin 2022 Marche Nordique Dynamique de 9h à 11h30 – Etang du Corra

Rdv à 8h50 Parking de l'étang du Corra à gauche

Ou à 8h40 Parking Espace Blondeau pour le covoiture sur appel téléphonique

Framboise LANOIR (06 34 36 05 06)



Le samedi 18 juin 2022 Marche Nordique Dynamique de 9h à 11h30 – Hautes Rayes - Conflans - Herblay
Rdv à 8h50 Parking des Hautes Rayes, Place Pierre Bérégovoy à Conflans
Ou à 8h40 Parking angle rue des coutures et rue Pasteur à Andrésy

Didier JOLLIVET (06 65 35 45 25)



Le dimanche 19 juin 2022 Rallye touristique pédestre dans un quartier parisien - Rallye par équipes de 3 ou 4 personnes en direction d'un quartier de Paris qui ne nous sera dévoilé qu'au dernier moment. Arrivés dans le quartier, théâtre de vos futurs exploits, vous prendrez connaissance du questionnaire du jour et partirez en chasse... Ce sera pour vous l'occasion de découvrir, de façon ludique, à travers des jeux et des énigmes, des lieux insolites. Votre périple se terminera, pour celles et ceux qui le désirent, dans un restaurant du quartier autour d'un bon repas. **Il reste une place. Inscription avant le 10 juin en indiquant si vous souhaitez participer au repas clôturant cette manifestation auprès de Marie-Françoise Chalavoux au 06 81 20 56 25 ou f.chalavoux@gmail.com**



Le dimanche 19 juin Matinée de 11 km sur un nouvel itinéraire Cergy-Pontoise / Cergy
Rdv au Bois de Cergy

Départ 9h

Sandrine ORSINI (06 73 77 02 00)



Le mercredi 22 juin 2022 Marche dynamique d'environ 20 km 5.5 à 6 km/h Forêt de Marly **avec déjeuner au restaurant à Marly pour celles et ceux qui le souhaitent. Appeler Framboise afin qu'elle puisse réserver le restaurant (italien - entre 15 et 20 euros) Si des Pousse-Cailloux souhaitent uniquement participer au déjeuner, ils seront bien sûr les bienvenus. Merci de prévenir Framboise d'ici le jeudi 16 juin.**

Rdv à 7h55 Parking du rond-point de la Grille Royale à Marly-le-Roi (GPS : Latitude : 48.859043 | Longitude : 2.104931)

Ou 7h15 Parking Stade Diagana (Sentier des Pointes, côté entrée du gymnase) pour le covoiturage sur appel téléphonique

FramBoise LANOIR (06 34 36 05 06)



Le jeudi 23 juin 2022 Marche Nordique Dynamique de 9h à 11h30 – Eancourt

Rdv à 8h50 Parking de la Ferme d'Eancourt (Cour du Murier à Jouy le Moutier)

Ou à 8h40 Parking Stade Diaganna (Sentier des Pointes, côté entrée du gymnase) pour le covoiturage sur appel téléphonique

Framboise LANOIR (06 34 36 05 06)



Le samedi 25 juin 2022 Marche Nordique Dynamique de 9h à 11h30 – Croix de Noailles

Rdv à 8h50 Parking rond-point de la croix de Noailles côté restaurant

Ou à 8h40 Parking Espace Blondeau pour le covoiture sur appel téléphonique

Didier JOLLIVET (06 65 35 45 25)



Le dimanche 26 juin 2022 randonnée "découverte" d'Andrésy d'environ 11 km animée par Patrice Rabillon et Véronique Civel, dans le cadre de la fête de la ville. Départ à 9 h à l'embarcadere de l'Île Nancy.



Le jeudi 30 juin 2022 Marche Nordique Dynamique de 9h à 11h30 – Maurecourt – Neuville

Rdv à 8h50 Parking espace Blondeau Maurecourt (pas de covoiturage)

Framboise LANOIR (06 34 36 05 06)

Le programme des Marches Nordique est actuellement prévu jusqu'à fin juin. La suite jusqu'à fin août vous sera adressée par mail ultérieurement et sera également disponible sur notre site internet :

<https://www.randonnee78.fr/andresy/programme-de-sorties>



Le dimanche 3 juillet – Pique-nique organisé par les Pousse-Cailloux – Voir EDITO

Et petite randonnée sur Andrésy

Rdv 8h30 au parking des Coutures à Andrésy

Départ 8h30

Marie-Françoise CHALAVOUX (06 81 20 56 25)



Le dimanche 10 juillet - Journée de 22 km avec pique-nique aux VAUX de CERNAY

Rdv au parking habituel à Andrésy (angle de la rue des Coutures et de la rue Pasteur) pour organiser le covoiturage souhaitable, le lieu de départ de la rando étant distant de 60 km environ d'Andrésy, et le parking au milieu des bois.

Départ 7 h 30

Jacques GAUDRY (06 08 53 34 10)



Le dimanche 17 juillet – Journée de 18 km autour de BOISSY L'AILLERY

Rdv au parking habituel à Andrésy (angle de la rue des Coutures et de la rue Pasteur)

Départ 7 h 30

Jacques LABROUSSE (06 19 54 .4 82) et Sandrine ORSINI (06 73 77 02 00)



Le dimanche 24 juillet – journée avec pique-nique de 16 km à La Roche-Guyon – Château, forêt et falaises à silex

Rendez-vous à 7 h 50 pour un départ à 8 h 00 du parking habituel d'Andrésy

ou à 9 h 00 sur le parking du ponton à la Roche-Guyon (sur la D 913 prendre sur la gauche au rond-point après le potager fruitier

Au retour de la randonnée, les passionnés de BD iront visiter le Château qui célèbre cette année le 75^{ème} anniversaire de la création des fameux Blake et Mortimer et le 60^{ème} anniversaire de l'album "Le Piège Diabolique" dont l'action se déroule notamment dans ces lieux. A cette occasion, un journaliste et un scénariste ont conçu une exposition dont la scénographie s'appuie sur l'architecture du château et ses presque 10 siècles d'histoire. L'exposition devient une expérience interactive, une sorte de chasse aux trésors. Comme dans l'album, le parcours se décompose en 4 temps : 2 se déroulent dans le passé (préhistoire et moyen-âge), une dans un futur postapocalyptique et enfin la période contemporaine (début des années 1960).

De la profondeur des boves qui abritent le fameux chronoscaphe, jusqu'au pigeonnier puis au donjon, en passant par l'enfilade des salons, nous découvriront un parcours de décors immersifs mêlant images et ambiances sonores... Coût de la visite : 7,80 / personne.

Nb : les personnes pas intéressées par cette expo pourront visiter le potager fruitier.

Après ces visites, nous nous retrouverons toutes et tous pour prendre un verre ... avant de regagner Andrésy.

Patrice RABILLON (06 80 37 09 25)



Le dimanche 31 juillet – Matinée de 12 km environ – Grand tour des Etangs de Cergy (nouvel itinéraire

Rdv au Bois de Cergy

Départ à 9 h

Sandrine ORSINI (06 73 77 02 00)



Le dimanche 7 août – Matinée de 14 km environ- Le petit bois de Vauréal

Rdv au parking Vogler, derrière l'église de Vauréal

Départ à 9h

Sandrine ORSINI (06 73 77 02 00)

PAS DE RANDONNEES PEDESTRES LE DIMANCHE 14 AOÛT



Le dimanche 21 août 2022 – Journée avec pique-nique d'environ 22 km en forêt de Montmorency
Rdv au Parking des Coutures à Andrésy

Départ 7h30

Stéphane Di Graci (06 29 71 69 44)



Le dimanche 28 août 2022 – Matinée de 11 km environ- les Etangs de Cergy et le parc François Mitterrand
Rdv au Bois de Cergy

Départ à 9 h

Sandrine ORSINI (06 73 77 02 00)

Tous nos rendez-vous sont susceptibles de modifications ou pire d'annulations en fonction des obligations et restrictions liées à la Covid 19. Soyez très attentifs aux lieux et heures des rendez-vous.
Notre association essaie de s'adapter au maximum aux règles de sécurité qui nous sont imposées.
Merci de les respecter.

INFOS DIVERSES

INFORMATIONS RELATIVES A DES ASSOCIATIONS

- **Le 15 mai 2022 : Les Pousse-Cailloux ont créé un parcours spécifique pour l'association DIDOP** (Association de familles touchées par le diabète de type 1 (nourrisson, bébé, enfant, adolescent) dont l'objectif est de soutenir, apprendre, rencontrer, se projeter vers l'avenir... et rire). C'est ainsi que 70 personnes ont effectué un circuit approprié de 6 km. Plus d'informations : <https://www.facebook.com/DidopOff/posts/4012422928882349>

- **Du 15 au 29 juin 2022 : Challenge Unissons nos pas** : l'objectif est de faire le plus possible de pas. Solidaire et convivial, ce challenge se pratique par équipe de 4 participants afin de soutenir la lutte contre le cancer. Plus d'information et/ou participer : <https://www.sportsante32.fr/d%C3%A9couvrez-les-projets/challenge-unissons-nos-pas/>

- Les organisateurs de la course « **La Maurecourtoise** » qui aura lieu le **25 septembre** ont besoin de renfort. Si vous souhaitez être bénévoles pour aider à l'organisation de cette course, vous pouvez contacter Fatima par téléphone 06 46 62 11 64 ou par mail Fatimameziane1985@gmail.com (Merci de préciser vos nom et prénom et si vous êtes titulaire d'un brevet de secouriste).

- L'association « **SOS Urgence garde d'enfants** » (association composée de bénévoles proposant de garder des enfants en cas d'urgence) recherche des bénévoles afin de créer une section autour d'Andrésy et Conflans. Pour plus d'information : conflans@sosurgencegardenfants.org ou au 06 84 37 47 53

RANDONNEES ORGANISEES PAR LES POUSSE-CAILLOUX POUR LA VILLE D'ANDRESY

- **dimanche 26 juin 2022 : randonnée "découverte" d'Andrésy** de 11 km animée par Patrice RABILLON et Véronique CIVEL, dans le cadre de la fête de la ville. Départ à 9 h de l'embarcadère de l'Île Nancy

- **dimanche 11 septembre 2022**, randonnée dans l'Hautil d'une durée de 2h pour un total de 8 km animée par Annick SOURD et Stéphane DI GRACI, **dans le cadre des rendez-vous Nature et Patrimoine**. Départ 15h de l'Espace Julien Green

RANDONNEES WEEK-END ET SEJOURS ORGANISEES PAR LES POUSSE-CAILLOUX

RALLYE PEDESTRE DANS PARIS 19 JUIN

Rallye par équipes de 3 ou 4 personnes en direction d'un quartier de Paris qui ne nous sera dévoilé qu'au dernier moment

Arrivés dans le quartier, théâtre de vos futurs exploits, vous prendrez connaissance du questionnaire du jour et partirez en chasse... Ce sera pour vous l'occasion de découvrir, de façon ludique, à travers des jeux et des énigmes, des lieux insolites. Votre périple se terminera, pour celles et ceux qui le désirent, dans un restaurant du quartier autour d'un bon repas.

N'oubliez pas d'apporter stylos, crayons à papier, gommes, taille-crayons, équerre, rapporteur, un support pour écrire, un plan, une boussole, tous les volumes de l'Encyclopédie Universalis, un smartphone, un kit de survie et surtout votre bonne humeur !

Il reste une place. Inscription avant le 10 juin en indiquant si vous souhaitez participer au repas clôturant cette manifestation auprès de Marie-Françoise Chalavoux au 06 81 20 56 25 ou f.chalavoux@gmail.com

ANDRESY – GIVERNY PAR LE GR2 LUNDI 26 ET MARDI 27 SEPTEMBRE

Framboise et Annick vous propose une randonnée sur 2 jours entre Andrésy et Giverny :

- Parcours de 60 km au total
- Sur 2 jours (Jour 1 : 40 km – Jour 2 : 20 km + en option la visite des jardins de Monnet)
- Départ le lundi 26 septembre à 7h (Stade Diagana Andrésy) – Apporter son pique-nique pour le déjeuner
- Retour le mardi 27 septembre (par le train) vers 19h30 (gare d'Andrésy)
- Nuitée en gîte à Vétheuil (draps et serviette de toilette fournis)
- Coût comprenant la nuit en gîte, le dîner du lundi, le petit déjeuner du mardi, le pique-nique du mardi, le retour en train : 73 euros + en option la visite des jardins de Monnet (13 euros)
- **Date limite d'inscription : 10 juillet 2022 par mail à contact.poussecailloux@gmail.fr**
- Limité à 15 participants : premiers inscrits, premiers servis !
- Plus de renseignements : par mail : contact.poussecailloux@gmail.fr ou par téléphone auprès de Framboise Lanoir (06 34 36 05 06) ou Annick Sourd (06 78 43 04 21)

WEEK-END A CHARTRES 5 ET 6 NOVEMBRE 2022

Départ le samedi 5 novembre à 12 h 45 en covoiturage d'Andrésy pour une arrivée à Chartres à 14 h 15 (environ 100 km) où l'ASPTT Chartres nous accueillera et nous proposera une visite guidée (gratuite) qui nous fera découvrir la ville. En fin d'après-midi, possibilité de visiter le Centre International du Vitrail (7€/personne). Retour à l'hôtel (Ibis), dîner (19h) et à 20h30 départ de la Rando de Chartres en Lumières. Cette rando déclinée en 5 parcours différents de 5 à 20 km nous permettra de bénéficier du spectacle des illuminations du patrimoine. Coût des inscriptions pris en charge par les Pousse-Cailloux. Le dimanche, après le petit déjeuner, nous quitterons l'hôtel à 9 h et nous nous rendrons à Maintenon pour une rando de 13 km. Pique-nique en fin de randonnée. A 15 h, les personnes qui le souhaiteront pourront aller effectuer une visite commentée du château et du jardin (10 €/personne), les autres pourront rentrer directement à Andrésy. Coût hors visites payantes et frais kilométriques : moins de 100 euros/personne comprenant le repas du samedi soir, la nuitée, le petit déjeuner et le pique-nique du dimanche. **Plus d'information et bulletin d'inscription en annexe (page 18) à renvoyer à Patrice Rabillon avant le 15 juin 2022**

SEJOUR AU LAVANDOU DU 3 AU 10 JUIN 2023

Semaine de randos dans le Var – Hébergement à la Maison Familiale Les Pins Penchés au Lavandou en pension complète (petit-déjeuner, panier pique-nique et dîner) - Logement en chambres doubles dotées d'une salle de bain indépendante – 2 personnes / chambre - Voyage aller-retour en train ou en voitures individuelles (covoiturage conseillé) –

Nécessité de disposer de suffisamment de voitures sur place pour transporter tous les participant(e)s - Prix par personne : 540 € hors voyage et déplacements sur place –

Effectif de 17 participants minimum requis pour bénéficier d'un tarif attractif –
Les randonneurs seront répartis en 2 groupes qui seront menés par Patrice Rabillon et Marie-Françoise Chalavoux.
Possibilité en cours de semaine de changer de groupe –
Possibilité d'une journée de repos dans la semaine –
Inscriptions dès maintenant sans engagement définitif auprès de Marie-Françoise Chalavoux au 06 81 20 56 25
ou f.chalavoux@gmail.com –
Un premier acompte de 100 €/personne sera à verser fin décembre 2022.

RENOUVELLEMENT DE VOTRE ADHESION POUR LA SAISON 2022-2023

Merci de remplir une fiche d'adhésion et de fournir un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la randonnée et de la marche nordique. Si votre certificat médical a **moins de 3 ans au 1^{er} septembre 2022**, vous pouvez ne fournir que le questionnaire de santé (cerfa 15699*01).
Les documents d'adhésion sont téléchargeables sur le site internet des Pousse-Cailloux : <https://www.randonnee78.fr/andresy/comment-adherer>

INFORMATION SYMPATIQUE ! Réduction de 15 % dans le magasin INTERSPORT de CHAMBOURCY sur présentation de sa licence de FFRP en cours de validité et d'une pièce d'identité.

A noter dans vos agendas :

Le Forum des Associations se tiendra le samedi 3 septembre
De 10 h à 17 h au stade DIAGANA

Salle C1 du complexe sportif Stéphane DIAGANA. Qui serait volontaire pour venir "coanimer" le stand des Pousse-Cailloux avec un(e) membre du Bureau pendant au moins 1 ou 2 heures ? Faites-vous connaître auprès de Dominique Amy par mail (dominique_amy@orange.fr) en précisant votre disponibilité de créneau horaire.

L'ASSEMBLEE GENERALE des POUSSE-CAILLOUX

aura lieu le Samedi 19 novembre 2022

A 17 H au Chalet de DENOVAL

149 bis rue du Général Leclerc

Elle sera suivie du pot de l'amitié

Tous les membres du Bureau des Pousse-Cailloux vous souhaitent un très bel été

ANNEXE : PROJET PETIT WEEK-END A CHARTRES LE SAMEDI 5 ET LE DIMANCHE 6 NOVEMBRE

Public visé : Les Pousse-Cailloux et leurs conjointe)s

Effectif minimum : 10 personnes

SAMEDI 5 NOVEMBRE

Départ à 12 h 45 en covoiturage d'Andrésy pour une arrivée à Chartres à 14 h 15 (environ 100 km)

L'ASPTT Chartres nous accueillera à 14 h 45 et nous proposera une visite guidée qui nous fera découvrir **gratuitement**, dans les meilleures conditions, les beautés de la ville. Ceci nous mettra en appétit pour la soirée...

A l'issue de cette déambulation dans la ville, les personnes qui le souhaiteront pourront aller visiter le Centre International du Vitrail (7€/personne) qui ouvre jusqu'à 17 h 45. Les autres auront quartier libre ou pourront rejoindre l'hôtel (style Ibis Budget ou équivalent) qui nous hébergera pour la nuit.

Après la visite, tout le monde se retrouvera à l'hôtel.

A 19 h 00, nous irons ensemble dîner rapidement avant que les choses sérieuses commencent...

En effet, à 20 h 30, nous prendrons le départ de la Rando de Chartres en Lumières (2^{ème} édition sous cette appellation mais avec 17 ans d'existence sous un autre nom) organisée elle-aussi par l'ASPTT Chartres. Cette rando déclinée en 5 parcours différents de 5 à 20 km nous permettra de bénéficier du spectacle des illuminations du patrimoine. Coût des inscriptions pris en charge par les Pousse-Cailloux.

Ensuite, retour à l'hôtel pour une bonne nuit réparatrice.

DIMANCHE 6 NOVEMBRE

Après le petit déjeuner, nous quitterons l'hôtel à 9 h et nous nous rendrons à **Maintenon** à 20 km au Nord-Ouest de Chartres. Arrivés là-bas, Nous prendrons possession de paniers-pique-nique chez un traiteur et nous partirons pour une rando de 13 km. A l'issue de cette balade, nous piqueniquerons ensemble.

A 15 h, les personnes qui le souhaiteront pourront aller effectuer une visite commentée du château et du jardin (10 €/personne), les autres pourront rentrer directement à Andrésy.

Coût hors visites payantes et frais kilométriques : celui-ci sera différent selon que les personnes réservent en chambre simple ou double. Il comprendra le prix du repas du soir + le prix de la nuitée et du petit déjeuner + le prix du pique-nique. IL devrait être largement inférieur à 100 € par personne. Je commencerai la négociation quand je saurai sur quel effectif je pourrai compter et je pourrai alors vous donner un prix précis.

Dans un premier temps, j'ai besoin de savoir **rapidement** si ce séjour vous intéresse. Pourquoi rapidement ?

Parce que ces marches nocturnes et la visite commentée du samedi après-midi connaissent un grand succès et que les hôtels pourtant nombreux sont rapidement saturés. Si vous souhaitez participer à cette nouvelle aventure, merci de m'en informer avant le 15 juin en me retournant le bulletin réponse ci-joint.

Le choix du parcours se fera ultérieurement... Je compte sur vous. Pédestrement vôtre.

Patrice RABILLON 06 80 37 09 25 / 01 39 75 04 83 patrice.rabillon@gmail.com

M. et/ou Mme souhaitent participer au week-end à Chartres qui aura lieu les 5 et novembre 2002

- Il/elle/ils loger(a)ont en chambre double / single

- Ils visiteront le Centre National du Vitrai : oui non

- ils suivront la visite commentée du château et du jardin de Maintenon : oui non