

Randonnées pédestres et culturelles - Marche Nordique

Décembre 2024

Randonnées du Dimanche						
Jour	Parcours	Animateur Réf. OR	Nb. Km	Informations Rdv, Transport depuis Maisons-Laffitte	Heure RdV	Repas
1	CHATOU MAISONS LAFFITTE par Le Vésinet, le parc de Corbière et la forêt Possibilité de sortie à Saint Germain en Laye (7 km) Dénivelé + 121 m Dénivelé - 117 m http://www.openrunner.com/r/20274979	Jean-Loup 20274979	15 km ou 7 km	RdV gare de ML à 9h pour prendre le premier train vers Paris. Changement à Nanterre puis RER A vers Saint Germain en Laye jusqu'à Chatou - Croissy	9h00	Pique-nique
8	ML - Conflans - ML : aller par les bords de Seine, retour par la forêt Possibilité d'arrêter à Conflans (13 km) et de rentrer en RER A Dénivelé 135 m http://www.openrunner.com/r/7912846	Frédérique 7912846	22 km ou 13 km	RdV à 8h50 pour départ à pied à 9h	8h50	Pique-nique ou restaurant à Conflans selon le temps
15	De Rueil à l'Île Seguin Dénivelé + 248 m Dénivelé - 233 m http://www.openrunner.com/r/7415797	Pierre 7415797	17,5 km	RdV gare de ML à 8h20 pour prendre le premier train pour Rueil via Nanterre	8h20	Pique-nique
22	Paris comme des touristes / partie 1 http://www.openrunner.com/r/18495575	Isabelle 18495575	14 km ou 10 km	RdV gare de ML à 8h40 pour prendre le train Paris Saint Lazare de 8h51 puis ligne 12 jusqu'à la station de métro Abbesses	8h40	Pique-nique ou restaurant selon le temps
29	Randonnée en boucle en forêt de Saint Germain en Laye Dénivelé 109 m http://www.openrunner.com/r/20281512 http://www.openrunner.com/r/20281574	Jean Aller 20281512 Retour 20281574	17 km	Départ à pied de la gare de ML à 9h30	9h20	Pique-nique à l'Etoile du Tronchet

Marche Nordique (9 km) et Marche Nordique adaptée (7,5 km)

Mardi 9h30			Vendredi 18h30		
Jour	Rendez-vous	Parcours	Jour	Rendez-vous	Parcours
3	Bibliothèque Mesnil le Roi – Mare aux canes http://www.openrunner.com/r/13611121		6	Caves du Nord - Parc 1 http://www.openrunner.com/r/8113523	
	Bibliothèque Mesnil le Roi – Mare aux canes adaptée http://www.openrunner.com/r/16216647			Caves du Nord - parc adapté	
10	Caves du Nord – Cora par l'Etoile Madame http://www.openrunner.com/r/10261476	jour de chasse	13	Caves du Nord - Parc 2 http://www.openrunner.com/r/15829926	
	Caves du Nord – Etoile Madame adaptée http://www.openrunner.com/r/16216155	jour de chasse		Caves du Nord - parc adapté	
17	Caves du Nord - route_monsieur https://www.openrunner.com/route-details/18306476		20	Caves du Nord - Parc 1 http://www.openrunner.com/r/8113523	
	Caves du Nord - route_monsieur_adapté https://www.openrunner.com/route-details/18488667			Caves du Nord - parc adapté	
24	Caves du Nord – Champ de Tir http://www.openrunner.com/r/12792849	présence à confirmer	27	Caves du Nord - Parc 2 http://www.openrunner.com/r/15829926	
	Caves du Nord – Champ de Tir adaptée http://www.openrunner.com/r/16297814	présence à confirmer		Caves du Nord - parc adapté	
31	Caves du Nord – Tête ronde http://www.openrunner.com/r/9342431	présence à confirmer			
	Caves du Nord – Tête ronde adaptée http://www.openrunner.com/r/16185415	présence à confirmer			

Randonnées du jeudi

Jour	Parcours	Animateur	Nb. Km	Lien sur Openrunner	Réf. OR	Repas
5	ML en boucle par Conflans	<i>André G.</i>	22	https://www.openrunner.com/r/7912846	7912846	Restaurant
12	Villennes sur Seine en boucle	<i>Pierre L.</i>	20	https://www.openrunner.com/r/6870818	6870818	Restaurant
19	Us - Lavilletterre	<i>Arlette D.</i>	18	https://www.openrunner.com/r/19377337	19377337	Restaurant
26	PAS DE RANDONNEE					

Le jeudi matin, de Petites Randonnées de Proximité de 10 à 14 km sont également proposées par Jacques. Généralement, le départ est à 9h00 depuis la gare de Maisons Laffitte. RdV à partir de 8h45. Avec ou sans pique-nique ou déjeuner libre au restaurant en fin de randonnée. Pour tout renseignement, envoyer un mail à l'adresse suivante : usml_rando@outlook.fr