

## Randonnées pédestres et culturelles - Marche Nordique

Janvier 2025

Randonnées du Dimanche						
Jour	Parcours	Animateur Réf. OR	Nb. Km	Informations Rdv, Transport depuis Maisons-Laffitte	Heure RdV	Repas
5	De Issy Val de Seine à Trocadéro (multiples possibilités de sorties avant le Trocadéro) Dénivelé + 121 m - 82 m <a href="http://www.openrunner.com/r/20412236">http://www.openrunner.com/r/20412236</a>	<b>Pierre</b> 20412236	18 km sorties possibles	RdV gare de ML à 8h50 pour prendre le RER A de 9h05 pour La Défense. Puis T2 jusqu'à Issy Val de Seine	<b>8h50</b>	Café / brasserie
12	Paris comme des touristes / partie 2 <a href="http://www.openrunner.com/r/18495575">http://www.openrunner.com/r/18495575</a>	<b>Isabelle</b> 18495575	14 km ou 10 km	RdV gare de ML à 8h50 pour prendre le RER A de 9h05 pour Paris	<b>8h50</b>	Pique-nique ou restaurant selon le temps
19	De Saint Nom la Brétèche à Rueil Malmaison Dénivelé + 219 m - 322 m <a href="http://www.openrunner.com/r/17669058">http://www.openrunner.com/r/17669058</a>	<b>Jean-Loup</b> 17669058	16 km	RdV gare de ML à 8h50 pour prendre le premier RER pour la Défense puis Saint Nom la Brétèche Retour par RER A depuis Rueil	<b>8h50</b>	Pique-nique
26	Parc des Chanteraines et coulée verte Dénivelé + 35 m - 44 m <a href="http://www.openrunner.com/r/20417445">http://www.openrunner.com/r/20417445</a>	<b>Frédérique</b> 20417445	16 km	RdV Gare de Maisons-Laffitte pour prendre le train de 9h11 pour Asnières Retour par Genevilliers (RER C)	<b>9h00</b>	Pique-nique

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

Mardi 9h30			Vendredi 18h30		
Jour	Rendez-vous	Parcours	Jour	Rendez-vous	Parcours
			3	Caves du Nord - Parc 1 <a href="http://www.openrunner.com/r/8113523">http://www.openrunner.com/r/8113523</a>	Caves du Nord - Parc 1 adapté
7	Caves du Nord – Etoile du Tronchet <a href="http://www.openrunner.com/r/8117575">http://www.openrunner.com/r/8117575</a>	jour de chasse	10	Caves du Nord - Parc 2 <a href="http://www.openrunner.com/r/15829926">http://www.openrunner.com/r/15829926</a>	Caves du nord parc 2 adapté
	Caves du Nord – Etoile du Tronchet adaptée <a href="http://www.openrunner.com/r/16183269">http://www.openrunner.com/r/16183269</a>	jour de chasse			
14	Caves du Nord – Maison Forestière <a href="http://www.openrunner.com/r/8118661">http://www.openrunner.com/r/8118661</a>		17	Caves du Nord - Parc 1 <a href="http://www.openrunner.com/r/8113523">http://www.openrunner.com/r/8113523</a>	Caves du Nord - Parc 1 adapté
	Caves du Nord – Maison Forestière adaptée <a href="http://www.openrunner.com/r/16260785">http://www.openrunner.com/r/16260785</a>				
21	Caves du Nord – Croix St Simon/capitaine <a href="http://www.openrunner.com/r/8117623">http://www.openrunner.com/r/8117623</a>	jour de chasse	24	Caves du Nord - Parc 2 <a href="http://www.openrunner.com/r/15829926">http://www.openrunner.com/r/15829926</a>	Caves du nord parc 2 adapté
	Caves du Nord – Et. Palis Ferrand adaptée <a href="http://www.openrunner.com/r/16334242">http://www.openrunner.com/r/16334242</a>	jour de chasse			
28	Bibliothèque Mesnil le Roi – Mare aux canes <a href="http://www.openrunner.com/r/13611121">http://www.openrunner.com/r/13611121</a>		31	Caves du Nord - Parc 1 <a href="http://www.openrunner.com/r/8113523">http://www.openrunner.com/r/8113523</a>	Caves du Nord - Parc 1 adapté
	Bibliothèque Mesnil le Roi – Mare aux canes adaptée <a href="http://www.openrunner.com/r/16216647">http://www.openrunner.com/r/16216647</a>				

## Randonnées du jeudi

Jour	Parcours	Animateur	Nb. Km	Lien sur Openrunner	Réf. OR	Repas
2	PAS DE RANDONNEE					
9	Vaux - Andrésy - Conflans F.O	<i>Pierre L.</i>	22	<a href="https://www.openrunner.com/r/9221718">https://www.openrunner.com/r/9221718</a>	9221718	Restaurant
16	Versailles en boucle par Buc	<i>Arlette D.</i>	20	<a href="https://www.openrunner.com/r/14425771">https://www.openrunner.com/r/14425771</a>	14425771	Restaurant
23	L'Etang la Ville - St Germain - ML	<i>André G.</i>	20	<a href="https://www.openrunner.com/r/6048884">https://www.openrunner.com/r/6048884</a>	6048884	Restaurant
30	Us - Condécourt - Vaux sur Seine	<i>André G.</i>	19	<a href="https://www.openrunner.com/r/13499421">https://www.openrunner.com/r/13499421</a>	13499421	Restaurant

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](mailto:usml_rando@outlook.fr)