

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 http://www.openrunner.com/r/20412236	Pierre 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	8h50	Café / brasserie
12	Paris comme des touristes / partie 2 http://www.openrunner.com/r/18495575	Isabelle 18495575	14 km ou 10 km	RdV gare de ML à 8h50 pour prendre le RER A de 9h05 pour Paris	8h50	Pique-nique ou restaurant selon le temps
19	De Saint Nom la Brétèche à Rueil Malmaison Dénivelé + 219 m - 322 m http://www.openrunner.com/r/17669058	Jean-Loup 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	8h50	Pique-nique
26	Parc des Chanteraines et coulée verte Dénivelé + 35 m - 44 m http://www.openrunner.com/r/20417445	Frédérique 20417445	16 km	RdV Gare de Maisons-Laffitte pour prendre le train de 9h11 pour Asnières Retour par Genevilliers (RER C)	9h00	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 http://www.openrunner.com/r/8113523	
				Caves du Nord - Parc 1 adapté	
7	Caves du Nord – Etoile du Tronchet http://www.openrunner.com/r/8117575	jour de chasse	10	Caves du Nord - Parc 2 http://www.openrunner.com/r/15829926	
	Caves du Nord – Etoile du Tronchet adaptée http://www.openrunner.com/r/16183269	jour de chasse		Caves du nord parc 2 adapté	
14	Caves du Nord – Maison Forestière http://www.openrunner.com/r/8118661		17	Caves du Nord - Parc 1 http://www.openrunner.com/r/8113523	
	Caves du Nord – Maison Forestière adaptée http://www.openrunner.com/r/16260785			Caves du Nord - Parc 1 adapté	
21	Caves du Nord – Croix St Simon/capitaine http://www.openrunner.com/r/8117623	jour de chasse	24	Caves du Nord - Parc 2 http://www.openrunner.com/r/15829926	
	Caves du Nord – Et. Palis Ferrand adaptée http://www.openrunner.com/r/16334242	jour de chasse		Caves du nord parc 2 adapté	
28	Bibliothèque Mesnil le Roi – Mare aux canes http://www.openrunner.com/r/13611121		31	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 1 adapté	

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	https://www.openrunner.com/r/9221718	9221718	Restaurant
16	Versailles en boucle par Buc	<i>Arlette D.</i>	20	https://www.openrunner.com/r/14425771	14425771	Restaurant
23	L'Etang la Ville - St Germain - ML	<i>André G.</i>	20	https://www.openrunner.com/r/6048884	6048884	Restaurant
30	Us - Condécourt - Vaux sur Seine	<i>André G.</i>	19	https://www.openrunner.com/r/13499421	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