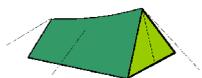


« VALLÉE DE L'ESSONNE » (RANDONNÉE-CAMPING)

Week-End du Samedi 19 au Dimanche 20 mars 2011 - Itinérant niveau M+

Organisateur : Pascal BAUD, tél. 01 30 45 29 01 - 06 80 35 51 42 - pascal-baud@wanadoo.fr



Ne perdons pas de temps : samedi c'est encore l'hiver mais dimanche c'est le printemps. Voilà une belle occasion pour ressortir les tentes. Nous aurons la vallée de l'Essonne pour fil conducteur, mais notre randonnée sera aussi forestière..

Niveau requis : moyen+, pour randonneurs-campeurs habitués au portage de leurs effets personnels sur des étapes de 6 à 7 heures effectives de marche par jour sur des sentiers faciles et accoutumés aux contraintes du bivouac (poids du sac, temps de recherche d'un terrain adapté, manque de confort, intempéries, froid nocturne ...). Environ 40 km en 2 jours.

Randonnée toutefois accessible à des débutants motivés.

Inscription : gratuite mais obligatoire auprès du secrétariat du CAF Ile-de-France dès la diffusion de cette fiche en retournant un bulletin d'inscription. Ouverture officielle des inscriptions le 14 décembre selon modalités en vigueur. Prévenir le secrétariat dès que possible en cas de désistement (pensez aux candidats en liste d'attente).

Description du parcours : (à titre indicatif, modifiable selon niveau du groupe, aléas d'itinéraires et météorologie)

1^{ère} étape Samedi 19 mars 18 km
Départ de la randonnée à Étréchy, traversée de la ville, Challoup, le Rocher billard, Boissy-le-Cutté, montée au méconnu Plateau de Bulou (platière) ; recherche d'un lieu sauvage pour l'installation du camp.

2^{ème} étape Dimanche 20 mars 22 km
Vallée de Misery, Vayres-sur-Essonne, Boutigny-sur-Essonne, le Pressoir, Rivière, bois de St-Eloy, Buno-Bonnevaux, Chantambre, Moulin Paillard, gare de Boigneville ; retour sur Paris.

Pour se rendre sur place : chaque participant est libre de son transport. En train depuis Paris prévoir billets SNCF aller Paris/Étréchy, retour Boigneville/Paris.

Rendez-vous : samedi sur le quai du départ à Paris Gare d'Austerlitz ou à la gare d'Étréchy.

HORAIRES SNCF

<u>Trajet aller</u> :	Samedi 19 mars		
	Paris Gare d'Austerlitz	départ 08h28	RER C ELBA
	Étréchy	arrivée 09h19	
<u>Trajet retour</u> :	Dimanche 20 mars		
	Boigneville	départ 17h24	RER D MIPE
	Paris Gare de Lyon	arrivée 18h36	

Équipement (liste non exhaustive) : sac à dos de 45 à 60 litres environ, bonnes chaussures de marche étanches, vêtements contre la pluie et le froid, guêtres, tente légère, sac de couchage performant, matelas mousse, réchaud, matériel de cuisine, gourde(s) pour 2 litres, lampe (frontale), pharmacie personnelle, protections contre les ampoules.

Cartes facultatives : IGN au 1:25000^{ème} n° 2216 ET et 2316 ET.

Nourriture : prendre vos repas du samedi midi au dimanche midi, plus des en-cas ; si vous voulez limiter le poids : prenez des aliments lyophilisés et énergétiques. Pour ne pas perdre de temps, remplissez votre gourde avant le départ.

Nota : chaque participant devra être autonome en matériel et nourriture,
... et n'hésitez pas à me contacter pour tout renseignement complémentaire.

Bureaux : 12 rue Boissonade 75014 PARIS – Adresse postale : 5 rue Campagne Première 75014 PARIS

Téléphone : 01 42 18 20 00 – Télécopie : 01 42 18 19 29 – Courriel : accueil@clubalpin-idf.com

Site internet : www.clubalpin-idf.com

Association loi 1901, affiliée à la Fédération Française des Clubs Alpins et de Montagne
Agrément tourisme AG 075 95 0054 – Siret 784354 482 00043 – APE 926C