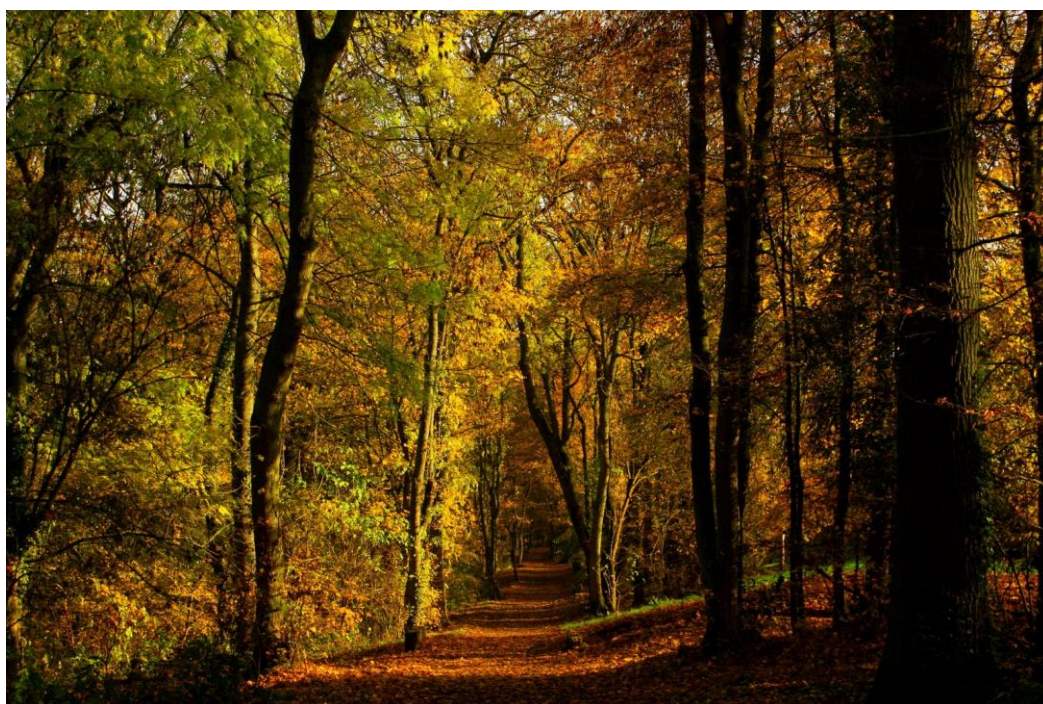


Ceinture verte de l'Ile-de-France étapes 3 & 4



du 10 au 11 décembre 2016

avec René Boulanger (06.86.87.11.92)

Date de début de validation des inscriptions le 17/11/2016

Cet hiver 2016-2017, je vous propose de nous retrouver régulièrement, lors de 5 week-end conviviaux entre novembre et avril pour faire un itinéraire proche du GRP Ceinture verte de l'Ile-de-France.

Dates prévisionnelles des autres week-ends : 14-15 janvier, 11-12 mars et 15-16-17 avril.

A noter : des participants randonnant à la journée peuvent se joindre à nous lors de ces 2 jours mais cette fiche technique ne concerne que les randonneurs campeurs.

Niveau requis : Moyen+, pour randonneurs habitués au portage de leurs effets personnels sur des étapes d'environ 6 heures effectives de marche par jour (routes, sentiers et peut-être un peu de hors-sentier) et accoutumés aux contraintes du bivouac (poids du sac, temps de recherche d'un terrain adapté, manque de confort, intempéries, froid nocturne ...).

Inscription gratuite et obligatoire : en ligne ou auprès du secrétariat du CAF.

Programme

Donné à titre indicatif, modifiable selon le niveau du groupe, les aléas d'itinéraires et les conditions météorologiques.

Samedi 10 décembre : de Gravigny-Balizy à Igny

(environ 20 km)

Cette 3ème étape commence par longer les bords de l'Yvette ; nous prendrons ensuite un peu de hauteur au Rocher de Saulx ; après le plateau de Saclay, nous passerons près de l'abbaye de Vauhallan avant de nous arrêter pour bivouaquer dans les bois d'Igny.

Dimanche 11 décembre : de Igny à Chaville

(environ 20 km)

Nous suivrons d'abord la vallée de la Bièvre puis nous traverserons les forêts de Versailles et de Meudon.

Rendez-vous : samedi 10 décembre à 7h50 à la gare d'Austerlitz.

Horaires des trains (se référer au site transilien.com pour les horaires exacts)

Trajet aller	RER C	le samedi 10 décembre
Paris Austerlitz	départ	8h07
Gravigny-Balizy	arrivée	8h38
Trajet retour	SNCF	le dimanche 11 décembre
Chaville Rive Droite	départ	17h10
Paris La Défense	arrivée	17h25

Équipement (liste non exhaustive) : sac à dos (environ 50 litres), bonnes chaussures de marche, guêtres, vêtements contre la pluie et le froid, tente légère, sac de couchage performant, matelas isolant, réchaud, matériel de cuisine, gourde(s) ou poche à eau pour 2 litres, lampe (frontale), pharmacie personnelle, protections contre les ampoules et votre bonne humeur !

Nourriture : prendre vos repas du samedi midi au dimanche midi, plus des en-cas. Pour ne pas perdre de temps, remplissez votre gourde ou poche à eau avant le départ.

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