

# RC à Rambouillet

du samedi 6 juin 2020 au dimanche 7 juin 2020

Philippe Denoual

Niveau : **Moyen+**

Avec accord : **Non**

Itinérant avec portage

Effectif maximum : **8 (organisateur compris)**

Sous votre tente

RC classique de Coignières à le Perray en Yvelines (bivouac le soir avec le groupe de pascal)



## Niveau et esprit

Moyen + (voir définition sur le site du CAF-IDF). Pour randonneurs-campeurs habitués au portage de leurs effets personnels sur des étapes de 6 à 7 heures de marche par jour sur des sentiers en terrain facile et accoutumés aux contraintes du bivouac (poids du sac, manque de confort, participation à la recherche d'un terrain adapté, intempéries, froid nocturne). Randonnée accessible à des débutants motivés. Environ 41km en 2 jours.

## Transport

**Horaires SNCF** (parcours entièrement en Ile-de-France, Navigo 1-5)

Aller : Samedi 6 juin

**Paris Gare Montparnasse**

départ : 09h05 Ligne N Train : ROPO

► **Coignières**

arrivée : 09h56

Retour : Dimanche 7 juin

**Le Perray en Yvelines**

départ : 16h57 Ligne N Train : PORO

► **Paris Gare Montparnasse**

arrivée : 17h56

Un mail de confirmation sera envoyé aux participants une semaine avant la RC

## Hébergement et repas

Prévoyez vos repas du samedi midi au dimanche midi. Hébergement sous votre tente.

## Programme

### Samedi 6 juin : 20 km

Rassemblement du groupe à la gare de Coignières, GR11 saint Rémy l'Honoré, rocher marquant, les Mesnuls, la Millière, carrefour des belles tailles, étang rompu, GR22 carrefour du grand Baliveau puis recherche d'un lieu sauvage pour accueillir notre bivouac avec le groupe de vététistes de pascal.

### Dimanche 7 juin : 21 km

Départ matinal par le Gr22, étangs de Hollande, mares de Vilpert, étang de coupe-gorge, bois domanial de la Pommerdie, le Perray en Yvelines, train pour retour sur Paris et dispersion du groupe.

*Ce programme indicatif n'est pas contractuel. L'organisateur se réserve le droit de le modifier à tout moment, notamment en fonction des conditions du terrain, d'obstacles imprévus, des transports, du groupe, de la météo et pour toute raison de sécurité. Les participants doivent avoir le niveau physique et technique demandé ainsi que l'entraînement correspondant.*

## Équipement

Sac à dos 25 à 60 litres

Bonnes chaussures de marches étanches

Sac de couchage performant, matelas mousse ou autogonflant

Réchaud

Gourde (s) : 2 litres d'eau minimum/jour/personne

Lampe frontale

Pharmacie personnelle

Carte d'adhésion à la FFCAM

Carte facultative : 2215 OT

Guêtres

Matériel de cuisine

Vêtements contre la pluie et le froid



## Inscription

Dès la diffusion de cette fiche vous pouvez postuler pour une inscription en ligne sur le site internet du CAF-IDF ou à l'accueil du club. Date de début de validation le **2 avril 2020** selon **les modalités** en vigueur et dans la limite des places disponibles. Voir en ligne **les conditions générales de vente**. Les transports et toutes les dépenses pendant le séjour sont à votre charge.

**Nota : chaque participant devra être autonome en matériel, nourriture et eau**

Et n'hésitez pas à me contacter pour tout renseignement complémentaire.

<https://www.clubalpin-idf.com/kifaikoi/denoual.philippe>