



ASSOCIATION MONTMORENCY RANDONNÉES DÉCOUVERTES



Programme de mars à juin 2019.

Attention : Les adresses des parkings de départ sont disponibles sur le site rando-amr.fr, partie Adhérent, onglet Programmes. (ou sur demande, comme toute autre information, par le biais du Formulaire de Contact, accessible dans la partie publique du site rando-amr.fr)

Rappel : Le certificat médical est obligatoire pour la 1^{ère} inscription et valable 3 ans. Aucune inscription ne sera prise sans l'attestation ou le certificat médical.

2 randonnées à l'essai sont acceptées.

Informations sécurité pour toutes les randonnées.

En cas de force majeure (météo : **alerte rouge, orange**, neige, verglas, canicule, etc....) la randonnée peut être annulée. Veuillez contacter l'accompagnateur.

Difficultés des randonnées : En région parisienne, le terrain est varié, certains passages peuvent être accidentés avec des montées courtes mais pentues, des traversées de fossés, etc.... Pour les randonnées spéciales, la dénivellation est précisée dans le descriptif. La traversée des agglomérations se fait en empruntant les trottoirs et les passages pour piétons.

Le port de chaussures adaptées à la randonnée est obligatoire.

Le départ des randonnées du mardi est à 9h30, celui du jeudi à 13h30 et celui du dimanche à 9h. Les repas sont pris en plein air et tirés du sac. **Le mardi, un retard exceptionnel ne devra pas dépasser 10 mn.**

Covoiturage : Il est d'usage qu'il y ait une participation au covoiturage pour se rendre aux points de RDV des randonnées comme pour les séjours. Les frais de covoiturage sont partagés par le nombre d'occupants du véhicule et à convenir avec le conducteur avant le départ.

Informations séjours et autres

Pour tous les séjours, compte tenu de notre expérience, il est souhaitable de constituer une liste d'attente pour pallier les défections de dernières minutes. **N'hésitez pas à contacter directement les accompagnateurs pour les différents séjours. En cas de désistement, les sommes versées pour la réservation seront remboursées selon la négociation obtenue avec les organismes et gîtes mais une somme de 10€ sera conservée par l'AMR pour les frais de dossiers.**

Séjours 2019.

Séjour randonnées et visites en Haute-Ariège et en Andorre du samedi 8 juin au samedi 15 juin 2019.

Séjour en pension complète à Ax-Les-Thermes.

Hébergement en chambre double grand confort (grand lit ou deux lits jumeaux avec douche, WC, télévision et Wifi desservie par ascenseur. Possibilité de chambre individuelle avec surcoût (13€/nuit).

Restauration : petit-déjeuner copieux sous forme de buffet. Déjeuner sous forme de pique-nique les 4 journées de randonnées et au restaurant les deux journées de visites. Dîners servis à l'assiette.

Les randonnées seront guidées par un accompagnateur montagne titulaire d'un brevet d'Etat. Elles seront accessibles à des randonneurs réguliers.

Maximum 25 personnes.

Prix du séjour : 665 euros par personne. Ce prix comprend les transferts AR de la gare d'Ax les Thermes ainsi que tous les transports pour les randonnées et visites prévues au programme.

La pré-inscription sera confirmée par l'envoi d'un chèque de réservation de 230 € (chèque à l'ordre de l'AMR) à Claudine Garnichey.

Séjour randonnées Les Balcons du Lac d'Annecy du samedi 22 juin au samedi 29 juin 2019.

Séjour en pension complète avec pique nique le midi à 74320 Sevrier.

Hébergement en chambre double avec sanitaire complet et télévision. Possibilité de chambre individuelle avec surcoût (12€/nuit). Linge de toilette et draps fournis. Lits faits à l'arrivée.

6 jours de randonnées en étoile, accompagnées par un accompagnateur montagne avec un dénivelé de 400 à 700 m par jour.

Tous les déplacements A/R et sur place se feront en covoiturage.

Séjour limité à 12 personnes.

Prix du séjour : 625 euros par personne.

La pré-inscription sera confirmée par l'envoi d'un chèque de réservation de 200 € (chèque à l'ordre de l' AMR) à Claudine Garnichey.

Séjour randonnées dans le Morbihan à 56690 Landaul du dimanche 22 septembre au samedi 28 septembre 2019.

Séjour en étoile et en pension complète avec pique nique le midi.

Les randonnées seront assurées par un accompagnateur du centre.

Séjour limité à 20 personnes.

Prix du séjour : 450 euros par personne.

La pré-inscription sera confirmée par l'envoi d'un chèque de réservation de 150 € (chèque à l'ordre de l' AMR) à Claudine Garnichey.

Programme des visites conférences

Parcours extérieur sur l'île de la Cité le vendredi 15 mars 2019.

Petites et grandes Histoires au cœur historique de Paris.

Conférencière spécialisée.

Prix à prévoir : 180 € à diviser par le nombre de participants.

Rendez-vous à 10h30 sur le Pont Neuf au niveau de la statue équestre d'Henri IV – (75001 Paris).

20 personnes maximum.

Durée du parcours 1h30.

Hôtel de Sully le dimanche 05 mai 2019.

Hôtel particulier du XVIIe siècle près de la place des Vosges, visite des appartements et des jardins.

Conférencier du Centre des Monuments Nationaux.

Prix à prévoir : 175 € à diviser par le nombre de participants.

Rendez-vous à 9h45, 62 rue Saint Antoine, 75004 Paris.

16 personnes maximum.

Durée de la visite 1h30.

NB : L'après-midi une randonnée d'environ 5km (1h30) dans le quartier du Marais sera conduite par G. Ebel.

Programme des randonnées

Randonnées du jeudi.

Voir dates ci-dessous: Trois heures de marche environ. **Départ à 13h30** de Montmorency pour le covoiturage vers le lieu de la randonnée.

Les jeudis 7, 14, 21 et 28 mars 2019 : F. Fontenille, B. Weerts, K. Hellmann, M. Colin.

Les jeudis 4, 11, 18 et 25 avril 2019 : A. Couturier, C. Garnichey, M.H. Mélo, M. Harduin.

Les jeudis 2, 9, 16, 23 et 30 mai 2019 : C. Garnichey, K. Hellmann, J. Léon, M. Colin, F. Calvare.

Les jeudis 6, 13 (voir note ci-dessous), 20 et 27 juin 2019 : J. Léon, M.H. Melo, F. Fontenille, C. Garnichey.

Attention :

Jeudi 13 juin 2019 : Randonnée du jeudi avec pique-nique : Accompagnatrice – M.H. Mélo.

Rendez-vous à 12h30 au lieu de départ de la randonnée à Valmondois

Pour les personnes sans voiture : Rendez – vous à 11h45 à Montmorency.

Prévenir Marie-Hélène de votre présence sur le site de départ.

À Valmondois , il y a une table de pique-nique et un espace suffisamment grand pour partager nos repas. Si vous voulez un peu de confort, vous pouvez apporter vos tables et chaises de camping.

Randonnées du mardi.

Mardi 5 mars 2019 : Forêt de Chantilly - Accompagnateur : M. Colin.

Départ à 9h30 d' Hérivaux (proche de Luzarches) pour une randonnée de 18 km.

Mardi 12 mars 2019 : De Parmain à Nesles la Vallée - Accompagnateur : P. Cayla.

Départ à 9h30 de Parmain pour une randonnée de 20 km.

Mardi 19 Mars 2019 : Autour de Guiry en Vexin - Accompagnateur : P. Bouthémy

Départ à 9h30 d'Avernes pour une randonnée de 20 km.

Mardi 26 mars 2019 : Autour d'Ambleville - Accompagnateur : O. Bézier.

Départ à 9h30 d'Ambleville pour une randonnée de 22 km.

Mardi 2 avril 2019 : Autour de Oinville sur Moncien - Accompagnateur : P. Cayla.

Départ à 9h30 de Oinville sur Moncien pour une randonnée de 20 km.

Mardi 9 avril 2019 : Magny en Vexin et les alentours - Accompagnatrice : A. Couturier.

Départ à 9h30 de Magny en Vexin, pour une randonnée de 20 km.

Mardi 16 avril 2019 : Balade dans Paris – Accompagnateur : J.M. Cherrier.

Départ à 9h30 du Métro Port-Royal pour une randonnée de 15 km.

Mardi 23 avril 2019 : Forêt d'Ermenonville - Accompagnateur : M. Colin.

Départ à 9h30 de 60128 Mortefontaine pour une randonnée de 21 km.

Mardi 30 avril 2019 : Autour de Delincourt - Accompagnateur : P. Bouthémy.

Départ à 9h30 de 60240 Delincourt

Itinéraire : A15 puis D 915 via Marines, Chars... pour une randonnée de 20.9 km - Dénivelé + 374 m.

Mardi 7 mai 2019 : Balade à Beaumont sur Oise – Accompagnatrice : F. Calvare.

Départ à 9h30 de Beaumont sur Oise 95260, pour une randonnée de 21 km.

Mardi 14 mai 2019 : Autour de Nemours - Accompagnateur : P. Beuneux.

Départ **exceptionnellement à 9h40** de la gare de Souppes-sur-Loing . Prendre le train de 8h16 (ligne R) au départ de la gare de Lyon direction Montargis et descendre à Souppes sur Loing à 9h35. Prendre le forfait Mobilis, environ 18€ (zone 5) pour une randonnée de 22 km.

Mardi 21 mai 2019 : La forêt de Marly le Roi et Louveciennes - Accompagnateurs : E. et Ph. Malvezin.

Départ à 9h30 du parking de Marly le Roi pour une randonnée de 19 km dans la forêt de Marly.

Cette randonnée nous amènera à Louveciennes où une conférencière nous accompagnera pour une visite guidée d'1h30/2h à travers cette ville riche en histoire. (prix de cette visite guidée : 150€ pour le groupe).

Mardi 28 mai 2019 : Rando - Resto à Santeuil - Accompagnateur : G. Gagny.

Départ à 9h30 de Santeuil pour une randonnée en 8 d'environ 2 x 10 km.

Déjeuner ouvert à tous au restaurant. Merci de privilégier le covoiturage afin de ne pas gêner les Santeuillais.

Vous pourrez pique-niquer sur place ou participer vers 12h30 au repas organisé au restaurant dans les conditions suivantes :

Repas comprenant entrée, plat, dessert et café : 18,50 €. Le choix des plats sera proposé aux participants 10 jours avant la date. Boissons en sus à régler individuellement sur place.

Le restaurant peut accueillir 40 à 45 personnes, aussi il est préférable de s'inscrire rapidement.

Tous les adhérents de l'AMR peuvent participer dans la limite des places disponibles avec priorité aux randonneurs du jour et par ordre d'inscription.

Merci de réserver par mail **en précisant si vous randonnez ou pas**. Vous recevrez une confirmation.

Puis votre inscription sera définitive à réception d'un chèque de 18,50 € à l'ordre de G. Gagny,

Merci de suivre cette procédure.

Mardi 4 juin 2019 : A Paris , bois et guinguettes - Accompagnateur : F. Foucault.

Départ 9h30 du métro Château de Vincennes pour une randonnée de 19 km (pas de quoi se fatiguer les gambettes).

Mardi 11 juin 2019 : Des bords de l'Oise au Bois Saint-Michel - Accompagnateur : G. Ebel.

Départ à 9h30 de 60 460 Précy sur Oise pour une randonnée de 21km –

Accès : Prendre la D909 via Croix verte, Viarmes, Lamorlaye puis D17.

Mardi 18 juin 2019 : Vallée de la Haute Chevreuse - Accompagnateur : P. Beuneux.

Départ à 9h30 de la gare de Coignières pour une randonnée de 23 km.

Prendre le train à Paris Montparnasse direction Rambouillet (ligne N) à 8h24 pour descendre à Coignières à 9h12. (Nous attendrons 9h30 pour démarrer). Le retour se fera au départ de Saint Rémy les Chevreuses. Prendre le forfait Mobilis environ 18 € (zone 5).

Mardi 25 juin 2019 : Villers-Saint-Paul - Accompagnateur : P. Bouthémy.

Départ à 9h30 de 60870 Villers-Saint-Paul. Itinéraire : D1016 vers Chantilly, Creil pour une randonnée de 21.2 km.

Randonnées du week-end.

ATTENTION : Compte tenu du peu de randonneurs le dimanche, vous devez appeler l'accompagnateur pour le prévenir de votre participation. Sans appel, le samedi à 20h, la randonnée du dimanche est annulée.

Dimanche 3 mars 2019 : Autour de Jagny-sous-Bois - Accompagnatrice : M. Harduin.

Départ à 9h de Jagny-sous-Bois pour une randonnée de 12 km.

Dimanche 10 mars 2019 : De hameaux en lavoirs - Accompagnatrice : F. Fontenille.

Départ à 9h de Luzarches pour une randonnée de 10 km.

Dimanche 17 mars 2019 : Balade autour de Domont – Accompagnatrice : F. Calvare.

Départ à 9h de Domont pour une randonnée de 12 km.

Dimanche 24 mars 2019 : L'Opéra, le Parc Monceau et le quartier de Chaillot - Accompagnatrice : B. Weerts.

Départ à 9h Place de l' Opéra pour une randonnée de 9 km.

Dimanche 31 mars 2019 : De Parmain à Champagne-sur-Oise - Accompagnatrice : M. Harduin.

Départ à 9h de Parmain pour une randonnée de 12 km.

Dimanche 7 avril 2019 : Forêt de St Germain en Laye - Accompagnateur : P. Goupy.

Départ à 9h du parking pour une randonnée de 12 km.

Dimanche 14 avril 2019 : Du côté de Boissy l'Aillierie – Accompagnateur : O. Bézier.

Départ à 9h de Boissy l'Aillierie 95650 pour une randonnée de 12 km.

Dimanche 21 avril 2019 : Forêt de Pontarmé - Accompagnatrice : M. Harduin.

Départ à 9h de Pontarmé pour une randonnée de 12 km.

Dimanche 28 avril 2019 : Autour de Condécourt.- Accompagnateur : P. Goupy.

Départ à 9h de Condécourt (D14 puis D28 direction Meulan) pour une randonnée de 12 km.

Dimanche 5 mai 2019 : Visite conférence de l'Hôtel de Sully – Accompagnateurs : O. Bezier et G. Ebel.

Voir détails dans *Promenades et visites conférences* ci-dessus.

Dimanche 12 mai 2019 : Balade autour de Baillet – Accompagnatrice : F. Calvare.

Départ à 9h de Baillet-en-France pour une randonnée de 12 km.

Dimanche 19 mai 2019 : Aux alentours de Ménouville - Accompagnateur : G. Ebel.

Départ à 9h du parking à 95 810 Ménouville pour une randonnée de 12 km. (Prendre D301, puis D64 direction Parmain, Nesles la Vallée puis Vallangoujard et D927) .

Dimanche 26 mai 2019 : A saute-moutons sur la Viosne – Accompagnatrice : M. Harduin.

Départ à 9h du parking de Santeuil (prendre A15 D14, puis sortie 16, puis D51) pour une randonnée de 12km.

Dimanche 2 juin 2019 : Les jardins de Ninon - Accompagnatrice : F. Fontenille.

Départ à 9h de Villarceaux pour une randonnée de 12,5 km.

Dimanche 23 juin 2019 : Nucourt et Bois de l'Ile - Accompagnatrice : M. Harduin.

Départ à 9h de Magny-en-Vexin pour une randonnée de 12 à 13 km.

Dimanche 30 juin 2019 : A l'ouest d'Hédouville – Accompagnateur :O. Bézier.

Départ à 9h d'Hédouville 95690 pour une randonnée de 11,5 km.

Prochain programme mi-juin 2019