



Maison de la vie associative et  
citoyenne du 12<sup>ème</sup>  
arrondissement  
BAL 85, 181, avenue Daumesnil  
75012 Paris



randif.contact@free.fr



06 49 81 46 94

## PROGRAMME DES RANDONNEES : 1er TRIMESTRE 2019

### A NOTER :

- . Tous nos rendez-vous se font en début de quai pour les trains et en milieu de quai pour les RER
- . allure des randonnées : tranquille = 3 à 3,5 km/h, moyenne = 4 km/h, soutenue = 5 à 6 km/h
- . Prix des Mobilis : zones 1 à 5 : 17€80 - zones 1 à 4 : 12€40 - zones 1 à 3 : 10€ - zones 1 à 2 : 7€50
- . En cas d'alerte orange signalée par Météo France (vent, orage canicule), les randonnées prévues dans les zones concernées sont automatiquement annulées.

Ce programme est actualisé en permanence sur notre site. N'hésitez pas à le consulter régulièrement, notamment pour vérifier les changements d'horaires de train que la SNCF nous impose souvent sans préavis.

### **Dimanche 6 janvier 2019 : « Une première vers Saint-Germain »**

25 km à allure soutenue avec Yvan (06 12 14 84 57). Rendez-vous à la station Charles de Gaulle-Etoile à 08h45. Départ pour Saint-Germain-en-Laye (direction Saint-Germain-en-Laye) à 08h58. Retour par Saint-Germain-en-Laye. Arrivée stations du RER A.  
Carte(s) : IGN 2214 ET.  
( Tarif AR donné à titre indicatif : 8,90 €. Zone 4).

### **Samedi 12 janvier 2019 : « Marche nordique au bois de Vincennes »**

Session de 2 heures 30 avec Gérard (06 89 93 92 78)  
Rendez-vous métro Porte Dorée devant le magasin « Team Outdoor » à 13h30.  
Particularités : 10 personnes maximum- inscription et renseignement auprès de Gérard avant le 8 Janvier.

### **Dimanche 13 janvier 2019 : « Galette royale ». Randos convergentes.**

Pique nique en commun des trois groupes vers 12h30. Galettes et boissons bienvenues (n'oubliez pas vos gobelets).

◇ 22 km à allure soutenue avec Gérard (06 89 93 92 78). Rendez-vous gare du Nord à 08h50. Départ pour Chantilly-Gouvieux (direction Chantilly - Gouvieux) à 09h07. Retour par Luzarches. Arrivée gare du Nord.

Carte(s) : IGN 2412 OT.

(Tarif AR donné à titre indicatif : 14,85 €. Zone 5).

Particularités : le train à l'aller est hors zone, le tarif est de 8,70 € (ou 4,40 € pour les possesseurs de la carte sénior)

◇ 17 km à allure moyenne avec Lys et Michel (06 74 47 53 84). Rendez-vous gare du Nord banlieue à 08h50. Départ pour Luzarches (direction Luzarches) à 09h04. Retour par la gare de Survilliers - Fosses. Stations du RER D.

Carte(s) : IGN 2413 OT et 2412 OT

(Tarif AR donné à titre indicatif : 12,30 €. Zone 5).

◇ 17 km à allure tranquille avec Danielle (06 83 70 48 54). Rendez-vous à la gare du Nord à 08h50. Départ pour Survilliers - Fosses (direction Orry-La-Ville) à 09h08. Retour par Luzarches. Arrivée gare du Nord.

Carte(s) : IGN 2412 OT et 2413 OT.

(Tarif AR donné à titre indicatif : 12,30 €. Zone 5).

### **Mardi 15 janvier 2019: Balade N°21 « 1871 : l'insurrection 2/4. De la République à la place Léon Blum »**

6,4 km de rando urbaine à allure tranquille avec Danielle (06 83 70 48 54) sur la base de l'ouvrage de Francis Depas «Paris 29 balades Art et Histoire». Rendez-vous au métro République, sortie N°1 à 14h00. Départ à 14h15. Arrivée métro Voltaire.

Carte(s) : IGN 2314 OT.

( Zone 1).

Particularités : compter 3 ou 4h pour la totalité de la balade.

### **Samedi 19 janvier 2019 : « Carte et boussole à Paris »**

Formation organisée par Michel (06 25 05 75 44). Rendez-vous à la Maison des Associations, 181 avenue Daumesnil, 75012 à 10h00. Le matin, étude de carte à la Maison des Associations. L'après-midi, mise en pratique dans les rues du 12ème arrondissement.

Carte(s) : IGN 2314 OT.

( Zone 1)

Particularités : maximum 8 personnes. Merci d'envoyer à Michel un SMS pour réservation en précisant si vous avez ou non une boussole. Ceux qui le désirent pourront continuer à s'entraîner en allant en forêt de Saint-Germain, le lendemain, avec Michel.

### **Dimanche 20 janvier 2019 : « Carte et boussole en forêt »**

10 km à allure tranquille avec Michel (06 25 05 75 44). Rendez-vous à la station Châtelet-les-Halles à 09h15. Départ pour Achères - Grand-Cormier (direction Poissy) à 09h27. Retour par Maisons-Laffitte. Arrivée stations du RER A.

Carte(s) : IGN 2214 ET.

(Tarif AR donné à titre indicatif : 9,65 €. Zone 4).

Particularités : journée consacrée à l'étude et à la mise en pratique de l'utilisation de la carte et de la boussole.

Maximum 8 personnes : merci d'envoyer à Michel un SMS pour réservation en précisant si vous avez ou non une boussole

### **Dimanche 20 janvier 2019 : « Un peu de Dhuis »**

27 km à allure soutenue avec Brigitte (06 77 51 39 40). Rendez-vous gare de l'Est à 08h35. Départ pour La Ferté-sous-Jouarre (direction Château-Thierry) à 08h51. Retour par Trilport. Arrivée gare de l'Est.

Carte(s) : IGN 2514 E et 2513 OT.

(Tarif AR donné à titre indicatif : 17,55 €. Zone 5).

### **Dimanche 20 janvier 2019 : « La Révolution française de Picpus à Gare de l'Est»**

13 km de promenade urbaine avec Christine M (06 07 07 61 24). Rendez-vous au métro Picpus à 09h30. Départ à 09h40. Arrivée gare de l'Est.

Carte(s) : plan de Paris.

( Zone 1).

### **Dimanche 27 janvier 2019 : « La Marne de Noisiel à Vincennes »**

21 km à allure moyenne avec Tom (06 15.69 14 29). Rendez-vous à Nation RER A à 09h00. Départ pour Noisiel (direction Marne-la-Vallée) à 09h20. Retour par le métro Château de Vincennes (ligne 1 -RER A).

Carte(s) : IGN 2414 ET et 2314 OT.

(Tarif AR donné à titre indicatif : 7,10 €. Zone 5).

Particularités : balade aux bords de la Marne.

### **Dimanche 3 février 2019 : « La mare aux fées pour le déjeuner »**

25 km à allure soutenue avec Yvan (06 12 14 84 57). Rendez-vous gare de Lyon à 08h30. Départ pour Fontainebleau - Avon (direction Laroche - Migennes) à 08h46. Retour par Fontainebleau - Avon. Arrivée gare de Lyon.

Carte(s) : IGN 2417 OT.

( Tarif AR donné à titre indicatif : 17,70 €. Zone 5).

### **Dimanche 3 février 2019 : « Apre est le mont »**

20 km à allure moyenne avec Christine L (06 84 01 18 40). Rendez-vous gare de Lyon à 08h35. Départ pour Bois-le-Roi (direction Laroche - Migennes) à 08h46. Retour par Fontainebleau - Avon. Arrivée gare de Lyon.

Carte(s) : IGN 2417 OT.

(Tarif AR donné à titre indicatif : 17,25 €. Zone 5).

### **Dimanche 10 février 2019 : « Quelque part dans Fontainebleau »**

25 km à allure soutenue avec Yvan (06 12 14 84 57). Rendez-vous gare de Lyon à 08h30. Départ pour Fontainebleau - Avon (direction Laroche - Migennes) à 08h46. Retour par Fontainebleau - Avon. Arrivée gare de Lyon.

Carte(s) : IGN 2417 OT.

( Tarif AR donné à titre indicatif : 17,70 €. Zone 5).

### **Dimanche 10 février 2019 : « Vers le Lièvre d'Or»**

20 km à allure moyenne avec Lys (06 74 47 53 84). Rendez-vous à la station Gare de Lyon RER D à 09h20. Départ pour La Ferté-Alais (direction Malesherbes) à 09h39. Retour par Lardy. Stations du RER C.

Carte(s) : IGN 2316 ET.

(Tarif AR donné à titre indicatif : 15,60 €. Zone 5).

### **Dimanche 17 février 2019 : « le Mantois »**

21 km à allure moyenne avec Michel (06 25 05 75 44). Rendez-vous gare Montparnasse à 8h45. Départ pour Orgerus-Behoust (direction Dreux) à 08h58. Retour par Nezel Aulnay. Arrivée gare Montparnasse.

Carte(s) : IGN 2114 E.

(Tarif AR donné à titre indicatif : 16 €. Zone 5).

### **Samedi 23 février 2019 : « Marche nordique au bois de Vincennes »**

Session de 2 heures 30 avec Gérard (06 89 93 92 78)

Rendez-vous métro Porte Dorée devant le magasin « Team Outdoor » à 13h30.

Particularités : 10 personnes maximum- inscription et renseignement auprès de Gérard avant le 19 février.

### **Dimanche 24 février 2019 : « La Mérantaise »**

25 km à allure soutenue avec Gérard (06 89 93 92 78). Rendez-vous à la station Denfert-Rochereau RER B à 09h00. Départ pour Saint-Rémy-lès-Chevreuse (direction Saint-Rémy-lès-Chevreuse) à 09h16. Retour par Saint-Rémy-lès-Chevreuse. Arrivée à Denfert-Rochereau ou stations du RER B.

Carte(s) : IGN 2214 OT et 2315 OT

(Tarif AR donné à titre indicatif : 10,40 €. Zone 5).

Particularités : en passant par Villiers-le-Bâcle et Châteaufort en Yvelines.

### **Dimanche 24 février 2019: « La Croix d'Augas bis repetita »**

15 km à allure moyenne avec Danielle (06 83 70 48 54). Rendez-vous gare de Lyon à 09h00. Départ pour Fontainebleau-Forêt (direction Montargis) à 09h16. Retour par Fontainebleau - Avon. Arrivée gare de Lyon.

Carte(s) : IGN 2417 OT.

(Tarif AR donné à titre indicatif : 17,70 €. Zone 5).

Particularités : Déjeuner au restaurant de la Croix d'Augas sur inscription obligatoire - date butoir impérative : 05 février 2019. Pour ceux qui souhaiteraient participer à la randonnée sans manger au restaurant, le retour du restaurant à la gare se ferait sous leur seule responsabilité. Merci de prévenir la guide la veille, au plus tard.

### **Mardi 16 février 2019: Balade N°22 « 1871 : l'insurrection 3/4. De l'Opéra au jardin du Luxembourg »**

4,5 km de rando urbaine à allure tranquille avec Danielle (06 83 70 48 54) sur la base de l'ouvrage de Francis Depas «Paris 29 balades Art et Histoire». Rendez-vous au métro Opéra, sortie N°1 à 14h00. Départ à 14h15. Arrivée Gare du Luxembourg.

Carte(s) : IGN 2314 OT.

(Zone 1).

Particularités : compter 3 ou 4h pour la totalité de la balade.

### **Dimanche 3 mars 2019 : « Rambouillet... une randonnée impossible ? »**

25 km à allure soutenue avec Yvan (06 12 14 84 57). Rendez-vous gare Montparnasse à 08h35. Départ pour Rambouillet (direction Chartres) à 08h53. Retour par Rambouillet. Arrivée gare Montparnasse.

Carte(s) : IGN 2215 OT.

( Tarif AR donné à titre indicatif : 16 €. Zone 5).

### **Dimanche 3 mars 2019 : « En lisière de Fontainebleau »**

21 km à allure moyenne avec Christine L (06 84 01 18 40). Rendez-vous gare de Lyon à 08h35. Départ pour Moret-Veneux-les-Sablons (direction Laroche - Migennes) à 08h46. Retour par Bourron-Marlotte. Arrivée gare de Lyon.

Carte(s) : IGN 2417 OT.

(Tarif AR donné à titre indicatif : 19,40 €. Zone 5).

### **Dimanche 10 mars 2019 : « Pas loin de la Seine »**

25 km à allure soutenue avec Yvan (06 12 14 84 57). Rendez-vous gare de Lyon à 08h30. Départ pour Bois-le-Roi (direction Laroche - Migennes) à 08h46. Retour par Fontainebleau. Arrivée gare de Lyon.

Carte(s) : IGN 2417 OT.

(Tarif AR donné à titre indicatif : 17,25 €. Zone 5).

### **Dimanche 10 mars 2019 : « La vallée de la Bièvre »**

19 km à allure moyenne avec Tom (06 15.69 14 29). Rendez-vous Gare d'Austerlitz RER C à 08h15. Départ pour Jouy-en-Josas (direction Versailles-Chantier) à 08h37. Retour par Igny. Arrivée Gare d'Austerlitz RER C.

Carte(s) : IGN 23140T et 23150T.

(Tarif AR donné à titre indicatif : 8,10 €. Zone 4).

Particularités : Tour dans la Forêt Domaniale de Versailles, Jouy-en-Josas, le Moulin de Vauboyen, Maison de Victor Hugo, Bièvres et la Forêt Domaniale de Verrières.

### **Samedi 16 mars 2019 : « Marche nordique au bois de Vincennes »**

Session de 2 heures 30 avec Gérard (06 89 93 92 78)

Rendez-vous métro Porte Dorée devant le magasin « Team Outdoor » à 13h30.

Particularités : 10 personnes maximum- inscription et renseignement auprès de Gérard avant le 26 mars.

Le printemps arrive.....

Le vendredi 16 mars, Randif vous propose sa rencontre festive annuelle autour d'un buffet. Retenez cette date dès à présent. Les précisions seront communiquées par mail et sur le site ultérieurement.

### **Dimanche 17 mars 2019 : « Les Cascades des Vaux-de-Cernay »**

25 km à allure soutenue avec Gérard (06 89 93 92 78). Rendez-vous à la gare Montparnasse grandes lignes à 08h35. Départ pour Le Perray en Yvelines (direction Chartres) à 08h53. Retour par Saint-Rémy-lès-Chevreuse. Arrivée à Denfert-Rochereau ou stations du RER B.

Carte(s) : IGN 2215 OT

(Tarif AR donné à titre indicatif : 13,40 €. Zone 5).

Particularités : à l'aller, correspondance à Rambouillet.

### **Dimanche 17 mars 2019 : « Osons le 9.3 »**

20 km à allure moyenne avec Michel (06 25 05 75 44). Rendez-vous gare de l'Est à 09h20. Départ pour Chelles - Gournay (direction Meaux) à 09h31. Retour par Villepinte. Arrivée gare du Nord, stations du RER B.  
Carte(s) : IGN 2214 OT et 2414 ET.

(Tarif AR donné à titre indicatif : 8,90 €. Zone 4).

Particularités : cette randonnée, qui évite les grands ensembles, passe par le parc Jean Valjean, la forêt régionale de Bondy et le parc forestier de Sevran. On peut voir la Seine Saint-Denis autrement qu'à travers les faits divers !

### **Dimanche 24 mars 2019 : « De gorges en platières »**

23 km à allure moyenne avec Christine M (06 07 07 61 24). Rendez-vous gare de Lyon grandes lignes à 08h35. Départ pour Fontainebleau (direction Laroche - Migennes) à 08h46. Retour par Bois-le-Roi. Arrivée gare de Lyon.

Carte(s) : IGN 2417OT.

(Tarif AR donné à titre indicatif : 16,30 €. Zone 5).

### **Mardi 26 mars 2019: Balade N°23 « 1871 : l'insurrection 4/4. Du jardin de Luxembourg à la Butte aux Cailles»**

4,5 km de rando urbaine à allure tranquille avec Danielle (06 83 70 48 54) sur la base de l'ouvrage de Francis Depas «Paris 29 balades Art et Histoire». Rendez-vous au métro Luxembourg sortie N°1 à 14h00. Départ à 14h15. Arrivée métro Corvisart.

Carte(s) : IGN 2314 OT.

(Zone 1).

Particularités : compter 3 ou 4h pour la totalité de la balade.

### **Vendredi 29 mars 2019**

**Grande Halle de la Villette, salle 4**

**20h**

**(Métro Porte de Pantin/Porte de la Villette)**

**ALL4 HOUSE / OUSMANE SY & Les danseuses de Paradox-Sal  
Queen Blood, Création 2018**

Le chorégraphe Ousmane Sy poursuit son travail d'exploration des énergies et des gestes féminins. Les quatre jeunes danseuses de son groupe déploient leurs virtuosités techniques et leurs singularités pour révéler ou questionner ce que peut être la féminité, assumée ou subie, à travers la danse et le mouvement. Un quatuor hip hop rythmé par des musiques acoustiques et électro

**Prix des places : 8 €**

**Inscription préalable auprès de Christine 06 84 01 18 40 ou [chris.long@free.fr](mailto:chris.long@free.fr)**

**Après accord d'inscription, envoyer le chèque de paiement (établi à l'ordre de Randif) à Christine Lelong, 31 rue Cavendish 75019 Paris avant le 27 février 2019**

### **Dimanche 31 mars 2019 : « Samois-Tié»**

23 km à allure soutenue avec Francis (06 21 32 38 81). Rendez-vous gare de Lyon à 08h30. Départ pour Bois-le-Roi (direction Laroche - Migennes) à 08h46. Retour par Bois-le-Roi. Arrivée gare de Lyon.

Carte(s) : IGN 2417 OT.

(Tarif AR donné à titre indicatif : 16,80 €. Zone 5).

### **Dimanche 31 mars 2019: « La grive musicienne »**

22 km à allure moyenne avec Danielle (06 83 70 48 54). Rendez-vous à la gare de l'Est à 08h30. Départ pour Isles-Armentière-Congis (direction Château Thierry puis correspondance à Trilport, direction La Ferté-Milon) à 08h51. Retour par Isles-les-Meldeuses. Arrivée gare de l'Est.

Carte(s) : IGN 2513 OT.

(Tarif AR donné à titre indicatif : 16,80 €. Zone 5).

Particularités : Boucle bucolique entre eaux et forêt.