



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



randif.contact@free.fr



06 87 37 98 49

PROGRAMME DES RANDONNEES : 2eme trimestre 2023

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  : - 4 km/h
 - moyenne   : 4 à 4,5 km/h
 - moyenne PLUS     : 4,5 à 5km/h
 - soutenue     : 5 km/h et +
- ✓ 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 impose souvent sans préavis

Dimanche 2 avril 2023 :

« L'Orge entre en Seine »

26 km à allure soutenue avec Françoise (06 88 39 40 96). Rendez-vous à la station Bibliothèque François Mitterrand RER C à 08h35. Départ pour Arpajon (direction Dourdan) à 08h49. Retour par Athis-Mons. Arrivée stations du RER C. Zone 5.

Particularités : visite de la Basilique de Longpont, l'Orge côté campagne et côté ville.

« En pays de France »

21 km à allure moyenne avec Michel (06 25 05 75 44). Rendez-vous gare du Nord à 08h55. Départ pour Survilliers-Fosses (direction Orry-la-ville) à 09h08. Retour par Survilliers-Fosses. Arrivée gare du Nord. Zone 5.

Dimanche 9 avril 2023 :

« Petit passage vers BARBIZON »

25 km à allure soutenue avec Yvan (06 12 14 84 57). Rendez-vous gare de Lyon à 08h00. Départ pour Fontainebleau - Avon (direction Montargis) à 08h16. Retour par Fontainebleau-Avon. Arrivée gare de Lyon. Zone 5.

Particularités : quelques dénivelés.

« Angès et moulins »

21 km à allure moyenne avec Thérèse (06 85 14 68 42). Rendez-vous gare de l'Est à 08h30. Départ pour Longueville (direction Provins) à 08h48. Retour par Longueville. Arrivée gare de l'Est.

Dimanche 16 avril 2023:

« Circulez, y a un lavoir »

27 km à allure moyenne Plus avec Joséphine (06 20 69 29 92). Rendez-vous gare de l'Est à 08h16. Départ pour Crecy-la-Chapelle (direction Meaux, changement à Esbly) à 08h31. Retour Crecy-la-Chapelle. Arrivée gare de l'Est. Zone 5.

Particularités : visite de Crecy-la-Chapelle et ses canaux (brassets du Grand Morin).

« Invitation Royale à Marly »

18 km à allure moyenne avec Tom (06.15.69.14.29). Rendez-vous gare Saint-Lazare à 09h00. Départ pour Marly-le-Roi (direction Saint-Nom-le-Bretèche) à 09h18. Retour par Saint-Germain-en-Laye. Arrivée stations du RER A.

Particularités : les forêts de Marly et de Saint-Germain.

Mardi 18 avril 2023 :

« Balade N°2 (découvrir Paris, 18 nouvelles balades de Francis Depas) »

3 km à allure tranquille avec Danielle (06 83 70 48 54). Rendez-vous station de métro Europe, sortie N°1 à 14h00. Départ à 14h15. Retour station de métro Abbesses, ligne 12. Zone 1.

Particularités : visite gratuite du musée de la vie romantique. Comptez 3 à 4h de balade en tout, avec la visite du musée.

Samedi 22 avril 2023 :

« Le temps des cathédrales : Chartres »

6 km à allure tranquille avec Danielle (06 83 70 48 54). Rendez-vous gare Montparnasse à 07h50. Départ pour Chartres (direction Chartres) à 08h09. TER 86241 sans réservation, arrive à 09h24. Retour par Chartres TER 862434 à 17h35. Arrivée gare Montparnasse à 18h57. Hors zone.

Particularités : Danielle inaugure une nouvelle série de randos urbaines, le Temps de cathédrales.

Première sortie : Chartres.

Les temps forts : visites guidées de la crypte et de la cathédrale (tarif plein : 12 euros). Découverte de la vieille ville et des bords de l'Eure, pique-nique tiré du sac.

Inscription préalable avant le 31 mars. Pour les amoureux d'histoire, de vieilles pierres et de cathédrales.

Dimanche 23 avril 2023 :

« Vers l'Ouest avec retour »

30 km à allure soutenue avec Yvan (06 12 14 84 57). Rendez-vous gare de Lyon à 08h00. Départ pour Fontainebleau-Avon (direction Montargis) à 08h16. Retour par Fontainebleau-Avon. Arrivée gare de Lyon. Zone 5.

« Adam sur le Mont »

24 km à allure moyenne Plus avec Christine L (06 84 01 18 40). Rendez-vous gare du Nord à 08h10. Départ pour Mériel (direction Valmondois) à 08h26. Retour par Saint-Leu-la-Forêt. Arrivée gare du Nord. Zone 5.

Particularités : dénivelés +350 -300

Dimanche 30 avril 2023 :

« Le Gué d'Yerres »

36 km à allure soutenue avec Gérard L (06 89 93 92 78). Rendez-vous gare de Lyon RER D à 08h25. Départ pour Boussy-Saint-Antoine (direction Melun) à 08h39. Retour par Verneuil-l'Etang. Arrivée gare de l'Est. Zone 5.

Particularités : quelques dénivelés.

« Les demoiselles au printemps »

22 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 Fontainebleau. Arrivée gare de Lyon. Zone 5.

Particularités : des rochers.

Dimanche 7 mai 2023 :

« Quarante, ça vous tente ? »

40 km à allure soutenue avec Yvan (06 12 14 84 57). Rendez-vous gare de Lyon à 08h00. Départ pour Bois-le-Roi (direction Montargis) à 08h16. Retour par Fontainebleau-Avon. Arrivée gare de Lyon. Zone 5.

« Le Mont des calvétiens »

26 km à allure moyenne Plus avec Thérèse (06 85 14 68 42). Rendez-vous gare Montparnasse à 08h45. Départ pour Tacoignères-Richebourg (direction Dreux) à 08h58. Retour par Orgerus-Behoust. Arrivée gare Montparnasse. Zone 5.

« Des dents et des bouilles »  

24 km à allure moyenne avec Christine L(06 84 01 18 40). Rendez-vous gare d'Austerlitz TER à 08h00. Départ pour Dourdan (direction Chateaudun) à 08h14. Retour par Rambouillet. Arrivée gare Montparnasse.

Dimanche 14 mai 2023 :

« Eglises en Hurepoix »    

26 km à allure soutenue avec Françoise (06 88 39 40 96). Rendez-vous à la station Bibliothèque François Mitterrand RER C à 08h35. Départ pour Breuillet-village (direction Dourdan) à 08h49. Retour par Saint-Chéron. Arrivée stations du RER C. Zone 5.

« Une rando qui impressionne ? »   

23 km à allure moyenne Plus avec Gérard G (06 49 81 46 94). Rendez-vous gare du Nord à 07h55. Départ pour Auvers-sur-Oise à 08h11 (direction Pontoise puis changement à Saint-Ouen l'Aumône, direction Creil)). Retour par Valmondois. Arrivée gare Saint-Lazare. Zone 5.

« Nangis et Rampillon »  

19 km à allure moyenne avec Tom (06.15.69.14.29). Rendez-vous gare de l'Est à 08h30. Départ pour Nangis (direction Provins) à 08h47. Retour par Nangis. Arrivée gare de l'Est.

Particularités : la forêt domaniale de Nangis et l'église Saint Eliphe de Rampillon et ses travaux sculptés. (Une vie de labeur est récompensée par la gloire éternelle.)

Dimanche 21 mai 2023 :

« Le long de la Thève »   

26 km à allure moyenne Plus avec Thérèse (06 85 14 68 42). Rendez-vous gare du Nord à 8h20. Départ pour Survilliers-Fosses (direction Orry-la-ville) à 08h38. Retour par Luzarches. Arrivée gare du Nord. Zone 5

«Allons voir si la pierre est longue »  

20 km à allure moyenne avec Michel (06 25 05 75 44). Rendez-vous gare du Nord à 08h50. Départ pour Luzarches (direction Luzarches) à 09h04. Retour par Survilliers-Fosses. Arrivée gare du Nord. Zone 5.

Vendredi 26 mai, 20h

Grande Halle de La Villette.

Batsheva Dance Company, New Work

Ovationnée à travers le monde, la Batsheva Dance Company sème sur son passage un esprit de liberté chargé d'une vitalité explosive. La danse précise et délicate est portée par des interprètes impliqués dans le processus créatif et rompus au style gaga, danse jouissive créée par le chorégraphe Ohad Naharin.

Prix des places : 25 € (places numérotées)

Rdv 19h40 devant les caisses

**Inscription préalable auprès de Christine par SMS au 06 84 01 18 40 ou
par mail chris.long@free.fr**

Après accord d'inscription, envoyer immédiatement paiement, de préférence par virement, ou par chèque (établi à l'ordre de Christine)

à Christine Lelong, 31 rue Cavendish 75019 Paris ;

Les réservations ne seront confirmées qu'après réception du règlement. Elles ne feront l'objet d'aucun remboursement en cas de désistement

Dimanche 28 mai 2023:

« Dans l'oeil du Cyclope »   

25 km à allure moyenne Plus avec Joséphine (06 20 69 29 92). Rendez-vous gare de Lyon RER D à 08h16. Départ pour Maisse à 08h31 (direction Corbeil-Essonnes puis changement à Corbeil, direction Malesherbes). Retour par Boutigny. Arrivée gare de Lyon ou stations du RER D. Zone 5.

Particularités : visite de Milly-la-Forêt et du « Cyclop » de Tinguely

« Une reprise en douceur »  

20 km à allure moyenne avec Magali (06 41 85 83 78). Rendez-vous gare Montparnasse à 09h00. Départ pour Saint Quentin-en-Yvelines (direction Rambouillet) à 09h20. Retour par Igny. Arrivée stations du RER B. Zone 5.

Dimanche 4 juin 2023 :

« De BM à BLR... »

25 km à allure soutenue avec Yvan (06 12 14 84 57). Rendez-vous gare de Lyon à 08h00. Départ pour Bourron-Marlotte (direction Montargis) à 08h16. Retour par Bois-le-Roi. Arrivée gare de Lyon. Zone 5.

Particularités : quelques dénivelés.

« Des moines hauts perchés 2 »

27 km à allure moyenne Plus avec Joséphine (06 20 69 29 92). Rendez-vous gare Saint-Lazare 07h51. Départ pour Santeuil - Le Perchay (direction Gisors) à 08h06. Retour par Santeuil - Le Perchay. Arrivée gare Saint-Lazare RER D. Zone 5.

« Le sentier de la Seine »

18 km à allure moyenne avec Tom (06.15.69.14.29). Rendez-vous gare de Lyon RER D à 08h45. Départ pour Le Plessis-Chenet à 09h01 (direction Viry-Châtillon puis changement direction Melun). Retour par Juvisy. Arrivée gare de Lyon. Zone 5.

Vendredi 9 juin, 20h

Grande Halle de La Villette.

GöteborgOperans Danskompani

Damien Jalet, Kites, Création 2022

Imre et Marne Van Opstal, To Kingdom Come, Création 2023

Prix des places : 20 € (places numérotées)

La GöteborgOperans Danskompani, incontournable référence européenne de la danse, invite des chorégraphes de renom à composer les œuvres majeures de son répertoire. Le surdoué Damien Jalet célèbre sur la scène internationale et une fratrie néerlandaise prometteuse, Imre et Marne van Opstal partagent le programme.

Prix des places : 20 € (places numérotées)

Rdv 19h40 devant les caisses

**Inscription préalable auprès de Christine par SMS au 06 84 01 18 40 ou
par mail chris.long@free.fr**

Après accord d'inscription, envoyer immédiatement paiement, de préférence par virement, ou par chèque (établi à l'ordre de Christine)

à Christine Lelong, 31 rue Cavendish 75019 Paris ;

Les réservations ne seront confirmées qu'après réception du règlement. Elles ne feront l'objet d'aucun remboursement en cas de désistement

Dimanche 11 juin 2023 :

« Vos goûts et Vaucouleurs »

23 km à allure moyenne Plus avec Gérard G (06 49 81 46 94). Rendez-vous gare Saint-Lazare à 08h05. Départ pour Mantes station (direction Mantes-la-Jolie) à 08h22. Retour par Epônes-Mézières. Arrivée gare Saint-Lazare. Zone 5.

« Les étangs de Commelles »

20 km à allure moyenne avec Michel (06 25 05 75 44). Rendez-vous gare du Nord à 08h50. Départ pour Luzarches (direction Luzarches) à 09h04. Retour par Luzarches. Arrivée gare du Nord . Zone 5.

Vendredi 16 juin 2023 :

« Escapade marine »

15 km à allure moyenne avec Christine L (06 84 01 18 40). Rendez-vous gare Saint-Lazare à 07h10. Départ pour Trouville-Deauville (direction Trouville-Deauville) à 07h27. Retour par Trouville-Deauville. Arrivée gare Saint-Lazare. Hors zone.

Particularités : pique-nique sur la plage ou moules frites au restau. Baignade vivement conseillée.

Samedi 17 juin 2023 :

« Un soir au clair de lune »

– 22 km à allure moyenne Plus avec Gérard L (06 89 93 92 78). Rendez-vous gare de Lyon grandes lignes à 16h00. Départ pour Thomery (direction Montargis) à 16h16. Retour par Fontainebleau. Arrivée gare de Lyon. Zone 5.

Particularités : dénivelés et passages de rochers. Pique-nique au clair de lune à la Grotte Beatrix.

Arrivée estimée à Paris vers 11h30.

– + une à allure moyenne avec Magali, détails à venir...

Dimanche 18 juin 2023 :

« Un donjon et un vieux château »

24 km à allure moyenne Plus avec Laurence T (06 62 90 25 15). Rendez-vous gare de l'Est à 08h35. Départ pour Crouy-sur-Ourcq (direction Meaux) à 08h49. Retour par La Ferté-Millon. Arrivée gare de l'Est. Zone 5.

Particularités : Attention la gare de la Ferté-Milon est hors Ile de France, prévoir un billet La Ferté-Millon - Le Trilport pour le retour si vous avez un pass navigo.

Mardi 20 juin 2023 :

« Balades N°3 et 4 (découvrir Paris, 18 nouvelles balades de Francis Depas) »

8 km à allure tranquille avec Danielle (06 83 70 48 54). Rendez-vous station de métro Abbesses, sortie N°1 à 09h00. Départ à 09h15. Retour station de métro Riquet, ligne 7, ou Pré-Saint -Gervais, ligne 7 bis. Zone 1.

Particularités : nous enchaînerons deux balades avec pique-nique méridien Quai de Seine. Possibilité de ne faire qu'une des deux balades. Me contacter préalablement dans ce cas.

Dimanche 25 juin 2023 :

« Au vert ? »

25 km à allure moyenne Plus avec Christine M (06 07 07 61 24). Rendez-vous gare d'Austerlitz RER C à 08h05. Départ pour Etampes (direction Saint-Martin-d'Etampes) à 08h16. Retour par Chamarande. Arrivée stations du RER C. Zone 5.

« Plongée au cœur de l'Yvette »

20 km à allure moyenne avec Magali (06 41 85 83 78). Rendez-vous à Bourg-la-Reine RER B à 08h50. Départ pour Courcelles-sur-Yvette (direction Saint-Rémy-lès-Chevreuse) à 09h09. Retour par Saint-Rémy-lès-Chevreuse. Arrivée station du RER B. Zone 5

