



La Balade n°106 de Juillet à Octobre 2019

C.S.M.E randonnée pédestre: www.randeaubonne.fr



Juillet 2019

Date		Randonnée	Animée par	Rendez-vous		Trans	Durée	Difficulté
				Départ	Heure			
Jeudi	4	Les bois du 95	J.P. Buisine	Pkg marché	9 h 00	VP3	Jée	22 km vallonné - parcours ombragé
Sam	6	Le sentier des lisières - Montmorency	C.Laverny, C. Carméné	Pkg marché	9 h 00	VP1	Mat	8 km vallonné
Sam	6	AUDAX Organisé par Didier Daumain		(voir programme)				
Dim	7	En direction du Bottin	T. Doan Dinh	Pkg marché	13 h 00	VP3	AM	10 km plat
Jeudi	11	Les étangs de la bièvre	G.Goguet, S.Hecquet, J.C.Hari	Pkg marché	8 h 00	VP5	Petite Jée	14 km vallonné
		Le toit du Vexin	D.Daumain	Pkg marché	8 h 30	VP5	Jée	22 km vallonné
Jeudi	18	Ile Saint Denis	C.Frazzei, M.Cais	Pkg marché	8 h 30	VP1	Mat	11 km plat
		Les bois du 95	J.P. Buisine	Pkg marché	9 h 00	VP3	Jée	21 km peu vallonné
Jeudi	25	De Vauréal à Conflans	M.et J-C. Weber	Pkg marché	9 h 00	VP4	Jée	20 km peu vallonné
Sam	27	Les bords de la Marne	J.P. Buisine, J.C.Hari	Pkg marché	9 h 00	VP4	Jée	20 km peu vallonné
Dim	28	De Bougival à Rueil	M.et J-C. Weber	Pkg marché	8 h 30	VP3	Mat	10/11 km vallonné

Du 29 Juillet au 2 Août "Un été à Eaubonne"

Août 2019

Jeudi	1	Les Boves de l'haute-Isle(Vétheuil)	T. Doan Dinh	Pkg marché	13 h 00	VP5	AM	14 km - une belle côte
		Randonnée en Arthies	J.P. Buisine	Pkg marché	8 h 30	VP5	Jée	21km vallonné
Sam	3	AUDAX Organisé par Didier Daumain		(voir programme)				
Mar	6	La Seine au patrimoine de l'UNESCO Balade découverte organisée par Milène et J.C. WEBER		(voir encart)				
Jeudi	8	Les tours du bord de Seine	A.et B.Lau	Gare Ermont	9 h 00	train	Jée	
Jeudi	15	De la Montcient au Bernon	M.et J-C. Weber	Pkg marché	9 h 00	VP5	Jée	20/21 km vallonné
Dim	18	Ecouen	P.Dorizzi	Pkg marché	9 h 00	VP1	Jée	22 km vallonné
Jeudi	22	La Roche Guyon	D.Daumain	Pkg marché	8 h 30	VP5	Jée	20 km vallonné
Jeudi	29	De Santeuil à Chars	G.Goguet, S.Hecquet, J.C.Hari	Pkg marché	13 h 00	VP5	AM	13 km vallonné
		Pont de Neuville	E. et A. Drouin	Pkg marché	8 h 30	VP3	Jée	22 km vallonné

Rappel: Co-voiturage.colonne transport.VP 1 = 1 € . VP 2 = 2 € . VP 3 = 3 € . VP 4 = 4 € . VP 5 = 5 €

Septembre 2019

Date		Randonnée	Animée par	Rendez vous		Trans	Durée	Difficulté
				Départ	Heure			
Dim	1	Les deux gares	C. et C. Carméné	Pkg marché	9 h 00	VP2	Mat	11 km peu vallonné + gymnastique
Jeudi	5	Chambors	A. Giudici, P. Bouton	Pkg marché	8 h 30	VP5	Jée	22 km peu vallonné
		Le chemin des Illustres	T. Doan Dinh	Pkg marché	13 h 00	VP3	AM	10 km plat
Sam	7	Loisirs en fête (Forum des associations)						
		Piscop	C. Laverny, C. Carméné	Pkg marché	9 h 00	VP1	Mat	9 km vallonné
		AUDAX Organisé par Didier Daumain (voir programme)						
Dim	8	L'Isle Adam	A. et T. Gueit, A. Moreaux	Pkg marché	8 h 30	VP3	Mat	11 km un peu vallonné
Mar	10	Le street art à Levallois Balade découverte organisée par Milène et J.C. WEBER (voir encart)						
Jeudi	12	Montgeroult	C. Frazzei, M. Cais	Pkg marché	9 h 00	VP3	Mat	12 km vallonné
		Boran	C. Duhén, P. Dorizzi	Pkg marché	09 h 00	VP4	Jée	20 km peu vallonné
Ven	13	Du 13 au 20 Septembre séjour en Sicile organisé par Serge HECQUET						
Jeudi	19	Vers les hauteurs de l'Hautil	G. Goguet, J.C. Hari	Pkg marché	13 h 00	VP3	AM	13 km vallonné
		Brignancourt	E. et A. Drouin	Pkg marché	8 h 30	VP4	Jée	24 km vallonné
Dim	22	De l'Oise à Frépillon	M. et J.-C. Weber	Pkg marché	8 h 30	VP3	Mat	10/11 km vallonné
Mar	24	Centre historique minier de LEWARDE + visite d'ARRAS Sortie culturelle organisée par Josiane LE GUERCH (voir encart)						
Jeudi	26	Circuit de Mafliers	A. et B. Lau	Pkg marché	13 h 00	VP3	AM	8 km vallonné
		Bois de Galluis	A. Giudici, P. Bouton	Pkg marché	8 h 30	VP5	Jée	22 km vallonné
Sam	28	Sentier des Lisières	A. et T. Gueit, A. Moreaux	Pkg marché	9 h 00	VP1	Mat	8 km peu vallonné
Dim	29	Luzarches	A. et T. Gueit, A. Moreaux	Pkg marché	8 h 30	VP4	Mat	11 km vallonné

Octobre 2019

Jeudi	3	Argenteuil et son patrimoine	M. et J.-C. Weber	Pkg marché	13 h 00	VP1	AM	7/8 km vallonné
		Belle Eglise	A. Giudici, P. Bouton	Pkg marché	9 h 00	VP4	Jée	22 km vallonné
Sam	5	Journée festive du CSME (voir encart)						
Dim	6	Forêt Seine et châteaux	J.P. Buisine, J.C. Hari	Pkg marché	9 h 00	VP4	Jée	20 km facile
Mar	8	L'hôpital de la Salpêtrière Sortie culturelle organisée par Brigitte Duhén (voir encart)						
Jeudi	10	Forêt de Carnelle	G. Goguet, S. Hecquet, J.C. Hari	Pkg marché	13 h 00	VP4	AM	12 km vallonné
		Vigny + visite des carrières	C. Duhén, P. Dorizzi	Pkg marché	9 h 00	VP4	Jée	15 km peu vallonné
Sam	12	Les 6 chiens	C. et C. Carméné	Pkg marché	9 h 00	VP1	Mat	10 km vallonné + gymnastique
dim	13	La Frette	A. et T. Gueit, A. Moreaux	Pkg marché	9 h 00	VP2	Mat	10/11 km vallonné
Mar	15	Les grands architectes à Paris Balade découverte organisée par Milène et J.C. WEBER (voir encart)						
Mer	16	AUDAX Organisé par Didier Daumain (voir programme)						
Jeudi	17	Santeuil	C. Carmené, C. Frazzei, M. Cais	Pkg marché	9 h 00	VP4	Jée	20 km vallonné
		Autour de l'Abbaye du val	M. et J.-C. Weber	Pkg marché	13 h 00	VP3	AM	11/12 km vallonné
Sam	19	Moiselles	C. Laverny, C. Carméné	Pkg marché	9 h 00	VP1	Mat	8 km peu vallonné
		Les trois pignons	D. Daumain, J.P. Buisine	Pkg marché	7 h 30	VP5	Jée	Très sportif - 6/7 heures de marche - prévoir 2 litres d'eau
Jeudi	24	Le trou à merles	A. et B. Lau	Pkg marché	13 h 00	VP2	AM	10 km vallonné
Sam	26	Le bois bonnet	C. Carmené, C. Frazzei, M. Cais	Pkg marché	9 h 00	VP2	Mat	11 km plat
Dim	27	Plessis Luzarches	A. Giudici, P. Bouton	Pkg marché	9 h 00	VP3	Jée	21 km peu vallonné
Jeudi	31	Follainville	E. et A. Drouin	Pkg marché	8 h 30	VP5	Jée	22 km vallonné

Rappel: Co-voiturage. colonne transport. VP 1 = 1 € . VP 2 = 2 € . VP 3 = 3 € . VP 4 = 4 € . VP 5 = 5 €