

F.L.E.P Randonnée pédestre.



Rendez-vous : 8 heures 30
 Parking de Centre Leclerc St Louis
 Quartier Les Grésillons
Départ : à 8 heures 45.

Pour chaque randonnée, il faut prévoir de quoi se restaurer : des en-cas, boisson chaude dans un "Thermos", repas pique-nique avec les boissons de votre choix. Une mini trousse à pharmacie peut être utile.

Un bon équipement évite les désagréments : des chaussures étanches avec des semelles à crampons, des vêtements chauds et de pluie en prévision du temps changeant dans notre région. Mais ne pas oublier, le couvre-chef, les lunettes de soleil et la crème solaire.

TARIFS	moins de 18 ans	plus de 18 ans
Cotisation FLEP	12 €	15 €
Cotisation section	5 €	5 €
Total	17 €	20 €

Bonjour à tous !

Nous allons entamer une nouvelle saison, et malgré les années qui passent, nous gardons toujours notre enthousiasme et notre désir d'aller découvrir ce qui se passe derrière l'horizon.

Je compte sur la présence des anciens et je souhaite la bienvenue aux nouveaux randonneurs.

Je rappelle que nous effectuons les randonnées un dimanche par mois sur une distance d'environ 20 kilomètres. En fonction du terrain, du dénivelé, des sites à découvrir et de la durée des différentes pauses, nous marchons environ 5 ou 6 heures maximum.

N'oubliez pas de consulter le site internet pour le programme et les superbes photos de notre photographe maison, Laurent !

Bonne saison à tous, Patrick

**PROGRAMME DES RANDONNÉES
 POUR LA SAISON 2022 - 2023**

Dimanche 18 septembre : *Le patrimoine au fil de l'eau brillante et de la Bernon*

Départ : Parking 63 rue Normande, Seraincourt
 N 49.040471° E 1.870405°

Distance : 18 kilomètres.

Dénivelé positif : 241 m.

Cette randonnée nous mènera le long de rus et à travers campagne, vallons et sentes à la découverte du patrimoine de trois charmants villages. De beaux points de vue seront aussi au menu de cette randonnée.

Dimanche 16 octobre : *De la vallée de l'Yvette à la forêt du Rocher de Saulx.*

Départ : Parking Pi; de la Gare de Palaiseau-Villebon N 48.70919° E 2.23748°

Distance : 19kilomètres.

Dénivelé Positif: 231 m

Randonnée dans la vallée de l'Yvette offrant de belles vues sur la plaine avec ses cultures maraîchère et permettant quelques efforts grâce aux coteaux boisés escarpés recouverts notamment par la forêt domaniale du Rocher de Saulx.

Dimanche 6 novembre : *Des bords de l'Oise au Bois Saint-Michel*

Départ : Place de Verdun de Précy sur Oise N 49.204199° E 2.369177°

Distance : 19,5 kilomètres.

Randonnée se déroulant en grande partie en plaine et en sous-bois avec un long passage en bordure de plans d'eau. Elle offre de beaux panoramas sur la campagne picarde et la vallée de l'oise.

Dimanche 11 décembre : *Une randonnée de fin d'année sur Paris du quartier Latin à la cité Universitaire Internationale*

Départ : Station Métro Maubert-Mutualité à 10 heures 30.

Distance : 18 kilomètres.

Des parcs en jardins, des grands boulevards aux discrètes rues résidentielles pleines de charme, en passant par les quartiers