

BULLETIN PROGRAMME

N° 160

Février Mars 2026

VIE DE L'ASSOCIATION

DÉCOUVERTE DE LA RANDONNÉE

Initiée par Didier THOUENON et approuvée dans son principe lors du dernier Conseil, une découverte de la randonnée est proposée aux personnes désirant commencer en leur indiquant une randonnée spécifique appropriée.

Dans le programme des sorties, consultable également sur notre site, la notification suivante est et sera affichée.

DU NOUVEAU DANS NOS PROGRAMMES HABITUELS POUR DÉCOUVRIR LA RANDONNÉE

Si vous souhaitez commencer à randonner dans les meilleures conditions le TCF propose, dans chaque programme, un parcours spécialement conçu pour s'initier à cette activité.

Vous pourrez apprécier votre forme physique en mêlant activité physique et convivialité. Le programme prévoit 2h de marche le matin, pique-nique tiré du sac, 2h de marche l'après-midi. L'allure est tranquille, avec un groupe de 15 à 20 personnes. Pensez à vous munir d'un titre de transport AR adapté au programme. Vous retrouverez l'animateur au lieu du rendez-vous (indiqué en tête du programme selon les gares).

*Dans le présent programme, c'est le cas de la sortie du **jeudi 19 mars** * **Les sources de la Bièvre et le circuit des étangs*** proposée par Didier THOUENON. .*

Inscrivez-vous en appelant notre siège au 07 69 13 99 22 (lundi et mercredi après-midi de préférence) ou en envoyant un message à touringclub@laposte.net. Nous pourrions vous informer d'éventuelles modifications dues au transport ou à la météo. Vous serez couverts par l'assurance de l'association.

BIENVENUE AUX NOUVEAUX ADHÉRENTS 2025/2026

Nathalie BESNIER, Yasmine MOLÉ

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DU 6 DÉCEMBRE 2025

Avec le présent bulletin, vérifiez que vous avez bien reçu le procès-verbal de notre assemblée générale qui s'est tenue comme prévu le 6 décembre dernier.

Merci encore à celles et ceux qui ont participé à cette assemblée.

BUREAU

À la suite de la tenue de l'assemblée générale, le conseil d'administration s'est réuni le 10 janvier 2026 et a désigné le nouveau Bureau.

Président : **Michel JOUSSE**

Vice-présidents : **Michel CHALARD, Alain FORCADE**

Vice-présidente en charge de la communication : **Sabine HALAY**

Trésorière : **Évelyne WOSINSKI**

Secrétaire : **Michel CHALARD** Secrétaire adjoint : **Michel JOUSSE**

Jusqu'à l'an passé, **André MAISONNEUVE** était membre du bureau en qualité de trésorier adjoint et il a pris récemment la décision de quitter le Conseil d'Administration.

Rappelons qu'après avoir été en 2009 élu au Conseil d'Administration, il a été nommé au bureau : Trésorier adjoint en 2010 puis trésorier en 2013 jusqu'en 2020

Dans son activité d'animateur par ailleurs vous le connaissez excellent rapide et élégant marcheur menant ses groupes gentiment du geste plus que de la parole.

Eh bien, au bureau, professionnel attentif bien informé nous étions avec lui en sûreté.

Au Conseil, il nous manquera mais s'il le faut ou pour le plaisir nous saurons où le trouver

Merci beaucoup André pour tout ce sérieux et efficace bénévolat.

FÊTE DU NOUVEL AN 2026

Le dimanche 18 Janvier 2026 dans la grande salle de réception du château de la base de loisirs de Bois Le Roi, comme les années passées, nous étions en nombre à 14h pour déguster la galette et lever nos verres de Crémant en l'honneur de la nouvelle année.

FÊTE D'ÉTÉ 2026

Retenez dès à présent que la date retenue pour la fête d'été est le **14 juin 2026**

FORMATION

Une session de formation à la lecture de cartes et à l'orientation sera organisée **le samedi 25 et le dimanche 26 avril** et comportera :

> **Une partie théorique** : le samedi dans les bureaux de l'association. Un complément d'information sera apporté cette année sur les logiciels de préparation de randonnées.

> **Une sortie d'application pratique** : le dimanche sur le terrain.

Inscrivez-vous dès à présent en contactant le siège par courriel au touringclub@laposte.net.

CHAÎNE YOUTUBE TCF

Ce projet de création d'une chaîne YouTube est né au cours de la réunion des animateurs de fin mars 2025.

Trois raisons :

- 1 - Besoin de rendre nos activités plus attirantes pour intéresser plus d'adhérents-es.
- 2 - Être à la hauteur des modes de communication actuels.
- 3 - Présence parmi nos animateurs de « vidéastes ».

Depuis septembre dernier cette chaîne existe ! Actuellement, elle est alimentée (randos du jeudi et du dimanche) par Pierre POUPARDIN, d'autres viendront. Diaporamas et vidéos refléteront progressivement l'ensemble de nos activités de randonnée pédestre, à raquettes, nautiques et culturelles. Cette chaîne est en cours d'élaboration et va s'enrichir au fil de l'eau. N'hésitez pas à nous donner votre avis et à vous y abonner. En effet, pour que cette chaîne soit bien positionnée, donc rapidement accessible par les internautes en quête d'activités de randonnée, il faut un nombre d'abonnés important, au minimum 100. Nous vous recommandons de le faire pour mettre en valeur l'activité du club.

Plusieurs chemins pour visionner les vidéos :

- > directement sur l'application YouTube : saisir « tcf randonnée » dans la barre de recherche.
- > via le moteur de recherche habituel : saisir « tcf randonnée YouTube ».

Pour y accéder prochainement un pictogramme YouTube sera installé sur les pages de notre site, soyez attentifs. Un clic et Hop vous re-partirez en rando...

VIGILANCE ORANGE

Dans le cas d'une indication de vigilance orange pour tempête, orages, canicule etc... formulée par Météo France, les randonnées prévues seront annulées d'office.

DATES A RETENIR

Tous Ensemble avec le TCF

- Fête d'été
- Fête d'Automne

14 juin 2026
27 septembre 2026

Tous Ensemble avec la FFRP et le comité de Paris

FFRP : 64 rue du Dessous des Berges 75013 ; Métro Bibliothèque, ligne 14; <https://ffrandonnee.fr>

Comité de Paris : <https://rando-paris.org>, tel 01 46 36 95 70. Consulter ce site ou téléphoner pour obtenir les dates et lieux des panamées (randos dans "Paname") en soirée.

Vous pouvez aussi consulter le site suivant : <https://ffrandonnee-idf.fr/>

RÉDUCTIONS - AVANTAGES

L'adhésion vous permet d'obtenir **une réduction de 10%** sur les achats (vêtements et chaussures) et les réparations de chaussures au **magasin « A LA VILLE A LA MONTAGNE »** 3, Bd Richard Lenoir 75011 Paris, en présentant votre carte club à jour du timbre annuel.

Si vous avez opté pour une souscription, d'autres avantages sont offerts par votre licence.

INFORMATIONS A L'ATTENTION DES ANIMATEURS

Pour nous permettre de préparer le programme **d'avril – mai**, les projets de sorties de la journée et de plusieurs jours devront nous parvenir pour le **mardi 3 mars** au plus tard par mail

ACTIVITÉS CULTURELLES

Jeudi 19 février

***M2 Maison d'Emile Zola et Musée Dreyfus, Didier THOUENON 12 km**
RV à 8h55 gare St-Lazare. Train à 9h15 pour Villennes-sur-Seine(9h40). 30mn de marche jusqu'à la maison de Zola à Médan. Visite guidée d'une heure de la maison puis visite libre d'une heure du musée Dreyfus. Réservation faite pour 25 personnes. Inscription auprès de Didier Thouénon, qui informera les inscrits des modalités de paiement. Coût 12 euros. Pique-nique potentiel sur place, puis rando le long de la Seine. Retour de Poissy. à 16h48 pour Paris St-Lazare (17h17).

ACTIVITÉS NAUTIQUES

RANDONNÉE NAUTIQUE Hernan ALMEIDA
La philosophie de la rando nautique douce lors de nos balades dans la sérénité des rivières de l'IDF. Combinée avec la randonnée pédestre *** d'une distance de 10-12 km, la randonnée nautique en canoë que nous pratiquons au sein de TCF est de classe un, étant le plus facile selon l'indice de classement des rivières : relax, tranquille, parfait pour une balade dominicale. C'est un niveau pour la re-découverte en eaux calmes sans obstacles, idéal pour faire ses premières pagaies, contempler la nature et changer de regard... **La prochaine saison 2026 se déroulera d'avril à octobre et nous ajouterons une nouvelle activité : l'aviron.** Renseignements auprès de Hernan. *Savoir nager 25 m. et être à l'aise en immersion.*

ACTIVITÉS DE LA JOURNÉE

LES POINTS DE RENDEZ-VOUS

Dans les gares:

AUSTERLITZ : Hall banlieue sous-sol, devant les distributeurs de billets

EST: En surface en face de la voie 24.

LYON : Hall 1 grandes lignes, en face de la voie M devant le « Relay »

MONTPARNASSE : Hall 4 avant les portillons d'accès aux voies banlieue (devant le « Relay » à côté de la billetterie Ile de France)

NORD et MAGENTA : En surface devant la nouvelle billetterie Île de France, avant les portillons d'accès aux voies 30 à 36

SAINT-LAZARE : Hall d'échange dernier niveau, devant la pharmacie, en face de la billetterie IdF .

RANDONNÉE

CODIFICATION DES RANDONNÉES

- o allure tranquille de 3 à 3,5km/h
- * allure modérée de 3,5 à 4km/h
- ** allure moyenne de 4 à 4,5 km/h
- *** allure soutenue de 4,5 à 5 km/h
- **** allure rapide plus de 5 km/h
- ⚡ allure sportive
- M2 Rando-visite avec commentaires sur les sites et monuments rencontrés

Dimanche 25 janvier

*** " Dourdan "** **Jean Claude DENIS 5/6 km**
RV à 9h30 gare d'Austerlitz. RER C à 9h45 pour Dourdan (10h48). Visite de l'église de Saint Germain d'Auxerre, du château 5€. 10 panneaux de verre reconstituent l'état d'origine de la forteresse philippine. Pizzeria et promenade du côté des fontaines Bouillantes. RER C à 16h37 pour Paris Austerlitz (17h43).

*** Fontaine de Ste-Mesme** **Alain FORCADE 15 km**
RV à 8h30 gare d'Austerlitz. RER C à 8h45 pour Dourdan (9h48). Carrefours de Nemours, de Denisy, Bois de Ste-Mesme, Ste-Mesme et sa Fontaine Miraculeuse, les Fontaines Bouillantes, Dourdan. RER C à 16h37 pour Paris Austerlitz (17h43).

**** Le Vexin** **Claudine ORSINI 22 km**
RV à 8h05 gare St Lazare, Train ligne J à 8h23 pour Juziers (9h16) ; La Chartre, Bois des Renardières, Gaillon sur Montcient, la Maraîche, Manoir des Maroches, la grande Fondée, Vaux sur Seine. Train à 16h45 pour Paris St Lazare (17h30).

****** Circuit du Massif de Fontainebleau 1** **Hernan ALMEIDA 30 km**
RV à 8h00 gare de Lyon. Train à 8h16 pour Fontainebleau Avon (8h59). D'une distance totale de 74 km, nous divisons le circuit en 5 étapes distinctes. Variante 1 : Boucle. Blues, rochers, fontaines. Avon, Samois-sur-Seine, Bois-le-Roi, Avon. Train à 17h16 pour gare de Lyon (17h55).

Jeudi 29 janvier

**** En suivant la Bièvre de Antony au Petit Jouy** **Robert PERRIN 20 km**
RV à 8h20 Châtelet-les-Halles. RER B à 8h35 pour Antony (9h02). Parc Georges Heller, ruisseau des Godets, forêt de Verrière, carrefour du Grand Maître, bois du Loup Pendu, la Bièvre, gare du Petit Jouy. Train à 16h35 pour Châtelet-les-Halles (17h22) chgt à Massy (16h50- RER B 16h56).

***** Vierges et Madones (suite) ANNULÉE** **Evelyne WOSINSKI 24 km**
RV à 8h gare de Lyon Train à 8h16 pour Fontainebleau (8h55). Après le premier parcours consacré à la découverte de fresques rupestres dans le massif de Fontainebleau, le second itinéraire invite à explorer les représentations Vierge et Madones à travers les statues. Retour bus 3401 station les Lilas à 17h09 pour la gare de Fontainebleau (17h26). Train à 17h32 pour Paris Lyon (18h13).

Dimanche 1er février

*** " Fontainebleau 2026 "** **Jean Claude DENIS 10 km**
RV à 8h50 gare de Lyon. Train à 9h14 pour Fontainebleau (10h). Du classique par le sentier Denecourt, la table de pierre, pique-nique, la croix du Calvaire et Fontainebleau. Train à 16h31 pour Paris Lyon (17h14).

**** Bois de Bonnet** **Jean-Antoine DU VILLARD 18 km**
RV à 8h45 gare du Nord. Train à 9h04 pour Luzarches (9h52) . Luzarches, bois de Bonnet, vallée de la nouvelle Thève, Baillon, Seugy. Train à 16h09 pour Paris Nord (16h54)

***** Forêt de Fontainebleau ANNULÉE** **Claudine ORSINI 26 km**
RV à 8h gare de Lyon. train à 8h16 pour Thomery (9h05). Carrefour du Chêne Feuillu, Route de Milady, le Haut Mont, route de la Grande Vallée, le Croc Marin, Sorques, Pont de la Gravine, Canal du Loing, et Moret sur Loing Veneux les Sablons. Train à 17h24 pour Paris Lyon (18h15).

***** Forêt des Alluets** **Claudine ORSINI 25 km**
RV à 8h gare St Lazare train ligne J à 8h16 pour Epônes (9h03). On suivra principalement le GR 26, Aulnay sur Mauldre, La Butte Launay, Morainvilliers, La Malmaison, la Voie Blanche et Villennes sur Seine. Train à 17h18 pour Paris St Lazare (17h45).

Jeudi 5 février

**** Les espaces verts de Sucy-en-Brie à partir de Boissy-St-Léger Patrick RICHARD 20 km**
RV à 8h20 gare de Lyon, RER A à 8h36 pour Boissy-St-Léger (9h04). Randonnée étonnamment verte, pour l'essentiel parcourant une succession de forêts, de nombreux parcs et autres coulées vertes. RER A à Boissy-St-Léger à 16h36 pour Paris Lyon(17h03).

***** Circuit du Massif de Fontainebleau 2 Hernan ALMEIDA 24 km**
RV à 8h00 gare de Lyon. Train à 8h15 pour Bourron-Marlotte (9h17). D'une distance totale de 74 km, nous divisons le circuit en 4 étapes distinctes. Variante : Rocher des Étroitures, Restant du Long Rocher, Haut Mont, la Malmontagne, Fontainebleau Avon. Train à 17h02 pour Paris Lyon (17h45).

Samedi 7 février

*** " Montechristo " Jean Claude DENIS 6 km**
RV à 9h30 gare St Lazare. Train à 9h44 pour Marly (10h20) En direction de Port Marly. Pizzeria vers midi **13/18€**. Puis visite du château de Montechristo **9€** , promenade dans le parc, puis Marly, train vers 16h30 pour Paris St Lazare (17h)

Dimanche 8 février

*** La Passerelle de St Mammès Alain FORCADE 15 km**
RV à 8h25 gare de Lyon. Train à 8h37 pour Moret Veneux les Sablons(9h36). Passerelle de St Mammès, les quais et venelles de St Mammès, puis le chemin des Carrières, Moret, ses moulins à tan, portes et donjon, église Nôtre-Dame, puis par la forêt retour à la gare de Moret-Veneux. Train à 16h53 pour Paris Lyon (17h54).

***** St Rémy les Chevreuses (bcle) Manuela GARCIA 23/25 km**
RV à 8h gare du Nord. RER B à 8h20 pour St Rémy les Chevreuse (9h11) GR 11, Bois de Jagny, Maincourt sur Yvette, château de Breteuil, Forêt de Méridon, de Montabé. Retour St Rémy par GR 655. RER B à 16h36/16h51 pour Paris Nord (17h30/17h45)

****** La vallée de la Mérentaise et le domaine d'Ors Sabine HALAY 29 km**
RV à 8h10 *milieu du quai* RER B de Châtelet-les-Halles. RER B à 8h23 pour Bures-sur-Yvette (9h02). *Dénivelé +/-420 m.* Parc de la Grande Maison de Bures, puis traversée du domaine d'Ors et son moulin, en suivant la Mérentaise, Milon-la-Chapelle, puis, en longeant Cressely, rejoindre la gare de Courcelle-sur-Yvette RER B à 17h11 pour Châtelet-les-Halles(17h55).

Jeudi 12 février

*** Entre Fontainebleau et Samois Alain FORCADE 16 km**
RV à 8h30 gare de Lyon. Train à 8h44 pour Fontainebleau(9h26). L'aller par le circuit des Fontaines, la halte en forêt, le Rocher de Samois, Samois. Le retour par l'île du Berceau, la Tour Denecourt, la Croix du Calvaire et Fontainebleau. Train à 16h31 pour Paris Lyon (17h14).

**** D'Épinay-sur-Seine à St-Leu-la-Forêt Robert PERRIN 20 km**
RV à 8h30 gare de Pereire-Levallois RER C à 8h46 pour Epinay-sur-Seine(9h01). Église Notre- Dame-des-Missions, lac d'Enghien, villas de rêve, la Fosse aux Moines, le Trou du Loup, la Chaise à Cadet, forêt de Montmorency, fort de Montlignon, domaine de la Chasse , carrefour de l'Homme Mort, carrefour du Chêne aux Mouches, St-Leu-la-Forêt. Train à 16h46 pour Paris Nord (17h14).

**** Les monts du 93, de Chelles au canal de l'Ourcq Patrick RICHARD 20 km**
RV à 8h15 gare de l'Est. Train ligne P à 8h31 pour Chelles-Gournay (8h44). Entre la Marne et le canal de l'Ourcq à travers des sites aussi variés que méconnus, comme le mont Guichet et le bois de Bondy. A découvrir ! RER B à Sevran-Livry à 16h48 pour Paris Nord (17h10).

***** Du Rond des fées au Pot au Feu** **Evelyne WOSINSKI 27 km**
RV à 8h15 gare de l'Est. Train ligne P à 8h31 pour Meaux (9h10). .GR1-GRE3. Le Rond des Fées, Bois de Penchard, Montpouilleux, le Trou du Pot au Feu, Forêt Régionale de Montgé. Dammartin-Jully-Saint-Mard. TER à 16h47 pour Paris Nord (17h11)

Dimanche 15 février

*** " La Mare aux Loups "** **Jean Claude DENIS 10 km**
RV à 9h30 à Denfert Rochereau *au milieu du quai*. RER B à 9h46 pour St Rémy les Chevreuse (10h27) En direction du carrefour de Milon par les hauts de Chevreuse. Pique-nique (tables+abri). Puis par le château médiéval de la Madeleine, St Rémy. RER B à 16h38 pour Paris Châtelet (17h25)

**** Forêt de Saint Germain (sentier des Oratoires)** **Jean-Antoine DU VILLARD 18 km**
RV à 9h00 gare St Lazare. Train à 9h15 pour Poissy (direction Mantes) (9h35). Poissy, étoile Sainte Anne, Croix de Noailles, croix Dauphine, étoile du Bon Secours, Saint Germain. RER à 16h15 pour Auber (16h41).

****** Ceinture Verte 3 : Les trois rivières** **Hernan ALMEIDA 31 km**
RV à 8h05 Châtelet-les-Halles. *En milieu de rame* RER B à 8h23 pour Massy-Palaiseau (8h47). Puis T12 à 8h59 pour Gragny Balizy (9h10). La Ceinture Verte relie, par une boucle de 350 km, tous les espaces verts aux limites des départements de la Petite Couronne. Variante : les vallées de l'Yvette et de l'Orge jusqu'à leur confluence avec la Seine, Ris Orangis. RER D à 17h17 pour Paris Lyon (17h57) correspondance à Juvisy (17h24/17h29).

Jeudi 19 février

*** Maison d'Emile Zola et Musée Dreyfus,** **Didier THOUENON 12 km**
RV à 8h55 gare St-Lazare. Train à 9h15 pour Villennes-sur-Seine(9h40). 30mn de marche jusqu'à la maison de Zola à Médan. Visite guidée d'une heure de la maison puis visite libre d'une heure du musée Dreyfus. Réservation faite pour 25 personnes. Inscription auprès de Didier Thouénon, qui informera les inscrits des modalités de paiement. **Coût 12 euros**. Pique-nique potentiel sur place, puis rando le long de la Seine. Retour de Poissy à 16h48 pour Paris St-Lazare (17h17).

**** Une Mare en hiver** **ANNULÉE Jacques MUSY 17 km**
RV à 8h05 gare de Lyon. Train à 8h16 dir Montargis pour Bois le Roi. Allons vers le rocher Canon, puis à la mare à Piat, Retour en passant par le rocher Pierre Margot. Train à Bois le Roi à 1738 pour Paris Lyon (18h14)

**** Point de vue du Camp de Chailly** **René SOUTHON 18 km**
RV à 8h30 gare de Lyon. train à 8h46 pour Bois Le Roi (9h19). Bois Le Roi, les Longues Vallées, Point de vue du camp de Chailly, Apremont, Mont Fessas, les Lilas(bus pour la gare de Fontainebleau-Avon) Train pour Paris Lyon toutes les 1/2 heures.

***** Les 7 étangs, La Cavalière des écrevisses** **ANNULÉE Pierre POUPARDIN 25 km**
RV à 8h05 gare Montparnasse. Train à 8h20 pour Chaville Rive-Gauche ligne N (8h39). *D+ 550m*. Les étangs de la Garenne, de Chalais, de Meudon. Parcours vallonné. Train à 17h17 pour Paris Montparnasse (17h56).

***** Du Vésinet, ville jardin à Colombes par les berges** **Pierre POUPARDIN 25 km**
RV à 8h20 à « Charles de Gaulle Etoile » *en tête de rame*. RER A à 8h26 pour Le Vésinet-Le Pecq (8h47). Après les jardins du Vésinet (parc des Ibis), nous longerons les berges de Seine en alternant les 2 rives, via Chatou, Carrières-sur-Seine jusqu'au parc de l'île Marante à Colombes, Retour de Colombes (ligne J) à 16h41 pour Paris St-Lazare(16h53).

Dimanche 22 février

*** " Volaille à la cocotte "** **Jean Claude DENIS** **7 km**
RV à 9h40 gare Montparnasse. Train à 9h58 pour Versailles Chantiers (10h10). En direction de la Flotille par la grille de la Reine, repas à partir de 19€50. Retour par Versailles Chantiers. Train vers 16h pour Paris Montparnasse vers 16h30

*** Forêt de Rougeau** **Alain FORCADE** **15 km**
RV à 8h25 gare de Lyon. RER D à 8h39 pour Savigny-le-Temple (9h22). Savigny-le-Temple et ses plans d'eau, Forêt de Rougeau (jonquilles?), carrefour de la Table du Roi, Pavillon Royal, et retour à Savigny-le-Temple. RER D à 16h21 pour Paris Lyon (17h04).

**** La Vallée de Chevreuse** **Claudine ORSINI** **22 km**
RV à 8h10 Châtelet les Halles *milieu du quai* RER B (direction St Rémy les Chevreuse) à 8h23 pour Courcelles sur Yvette (9h09). Bois de Vaugondran, les Molières, Forêt de Méridon, Bois de Mauvières, Chevreuse et St Rémy les Chevreuse. RER B à 17h08 pour Paris Châtelet les Halles (17h55).

****** De Perray-en-Yvelines à Rambouillet** **Sabine HALAY** **29 km**
RV à 8h10 gare Montparnasse. Train à 8h20 pour Perray-en-Yvelines (9h18). On débute la randonnée par l'étang de Coupe-Gorge, puis Poigny-la-Forêt et les rochers d'Angennes, le chêne la Pocquerterie, Gazeran avant de traverser le parc du Château de Rambouillet. Train à 16h53 pour Paris Montparnasse (17h35).

Jeudi 26 février

*** Fontainebleau / Bourron Marlotte** **Alain FORCADE** **15 km**
RV à 8h30 gare de Lyon. Train à 8h46 pour Fontainebleau (9h26). Bus 3401 à 9h34 pour les Lilas(9h56) Du nord au sud par les carrefours des Embrassades, des Adieux, du Parc aux Boeufs, route de la Grive (jonquilles?), la mare à la Ricarde, le Pavé du Roy (13 km, bus 34 pour Paris avec changt à Me-lun), gare de Bourron. Train à 16h40 pour Paris Lyon (17h44)

**** Boucle de Yebles au départ de Verneuil l'Etang** **Patrick RICHARD** **20 km**
RV à 8h30 gare de l'Est. Train ligne P à 8h47 pour Verneuil l'Etang (9h18). Au fin fond du pays Picard à travers champs et bois, découverte des villages et hameaux de Guignes, Yèbles et Ozouer-le-Voulgis et son lavoir remarquable. Retour à Verneuil l'Etang Train à 16h34 pour Paris Est (17h12).

***** Deux domaines, un chemin** **Evelyne WOSINSKI** **26 km**
RV à 7h50 gare Montparnasse. TER à 8h04 pour Versailles Chantiers (8h15), puis train ligne V dir Massy à 8h30 pour Igny (8h45). *D +530m*. GR et PR, Forêt Domaniale de Verrières, Bois du Loup Pendu, Forêt Domaniale de Versailles, Pièce d'Eau des Suisses, Versailles Chantiers. Train à 17h01 pour Paris Montparnasse (17h26).

Dimanche 1er mars

*** " La Fontaine du Touring "** **Jean Claude DENIS** **10 km**
RV à 8h55 gare de Lyon. Train à 9h16 pour Fontainebleau (9h58). En direction de la Tour Denecourt, carrefour Jean Bar et la fontaine Désirée. Pique-nique (table) puis par la Croix du Calvaire Fontainebleau. Train à 16h32 pour Paris Lyon (17h13)

**** Boucle autour de Longueville** **Jean-Antoine DU VILLARD** **18 km**
RV à 8h30 gare de l'Est. Train à 8h46 pour Longueville (9h48). Longueville, Chalmaison, Jutigny, Cour-ton, Longueville. Train à 16h05 pour Paris-Est (17h12).

***** En passant par Montigny sur Loing** **René SOUTHON** **26 km**
RV à 8h30 gare de Lyon. train à 8h46 pour Moret sur Loing (9h33). Moret, GR11 le Long Rocher , Montigny sur Loing, Mare aux Fées, Ventes Bourbon, Rocher d'Avon, Parc du château, Fontainebleau, Train pour Paris Lyon toutes les 1/2 heures

*** Boucle en forêt de Dourdan et autour de l'abbaye de l'Ouye Didier THOUENON 15 km**
RV à 8h30 gare d'Austerlitz. RER C à 8h45 pour Dourdan (9h48). Sentier de randonnée des Vallées de l'Essonne, les Granges-le-Roi, le chêne aux loups, l'abbaye de l'Ouye et sa forêt, chemin aux bœufs, carrefour de la Belette, suivi des lavoirs le long de l'Orge. Retour par Dourdan : TER à 16h59 pour Paris Austerlitz(17h38).

**** Une Mare en hiver ANNULÉE Jacques MUSY 17 km**
RV à 8h05 gare de Lyon. Train à 8h16 pour Bois le Roi. Allons vers le rocher Canon, puis à la mare à Piat, Retour en passant par le rocher Pierre Margot . Train à 17h38 pour Paris Lyon (18h14).

**** De Quincy à Montgeron en longeant l'Yerres Patrick RICHARD 19 km**
RV à 8h15 gare de Lyon RER D à 8h35 pour Combs-la-Ville (9h11). Parcours atypique sur un chemin qui suit en grande partie les bords de l'Yerres jusqu'à Montgeron-Crosne RER D à 17h15 pour Paris Lyon (17h38).

***** Le Perray / Coignières Manuela GARCIA 25 km**
RV à 8h gare Montparnasse train à 8h20 pour Le Perray(9h18). Vers les Vaux de Cernay par GR et hors GR Coignières en passant par Fourcherolles, Maincourt Train à 16h37 ou 17h07 pour Montparnasse (17h27 ou 17h57)

Dimanche 8 mars

*** " Du côté du château de Segrez " Jean Claude DENIS 10 km**
RV à 9h30 gare d'Austerlitz. RER C à 9h45 pour Breuillet-Village(10h34). En direction de St Sulpice de Favière (pique-nique table). Retour à Breuillet par l'église de St Sulpice de Favière, le château de Segrez. Train à 16h22 pour Paris Austerlitz (17h13)

*** Vallée de la Mauldre Alain FORCADE 15 km**
RV à 8h35 gare Montparnasse. Train à 8h50 pour Nezel-Aulnay(9h52) Nous allons remonter le cours inférieur de la Mauldre (petite rivière de 35km) entre Nézel et Beynes (ruines du château fort XIIème et XIIIème). Train à Beynes à 16h19 pour Paris Montparnasse (17h11).

**** Forêt de Marly Claudine ORSINI 21 km**
RV à 8h gare St Lazare . train ligne L à 8h17 pour St Nom la Bretèche(8h57). Forêt de Marly, Maison Forestière des Curieux, Étoile du Chêne de Retz, Ste Gemme, Feucherolles, Davron, Thiverval et Plaisir Grignon. Train à 16h56 pour Paris Montparnasse (17h41).

***** Le Val Salmouille Sabine HALAY 29 km**
RV à 7h50 à Châtelet *au milieu du quai* RER B à 8h08 pour Gif sur Yvette (8h51). Gometz le Châtel, St Jean de Beauregard, Janvry, forêt de la Roche Turpin avant de rejoindre la gare d'Egly. RER C à 17h28 pour Austerlitz (18h13)

Jeudi 12 mars

*** Grande balade en pays Crétois Robert PERRIN 15 km**
RV à 8h15 gare de l'Est. Train à 8h31 pour Couilly St Germain(9h16), avec changt à Esbly(9h02 / 9h10). *D +210m*. Randonnée à travers les grands espaces découverts de la campagne briarde aux larges vallonnements, suivie de passages ombragés dans la vallée et sur les coteaux du Grand Morin. Bouleurs, Crécy la chapelle, Villiers Montbarbin. Train à 16h37 à pour Paris Est (17h27)

**** D' Isles-les-Meldeuses à Meaux Patrick RICHARD 20 km**
RV à 8h30 gare de l'Est ligne P à 8h49 pour Isles-Armentières (9h31). Découverte, entre l'Isles-les-Meldeuses et Meaux, le long de la Marne et du Canal de l'Ourcq, un coin d'Île-de-France qui regorge de nature, de patrimoine et de symboles. Chemins ombragés, rivières apaisantes, réserve naturelle. Retour de Meaux ligne P à 17h44 pour Paris Est (18h09).

***** Ceinture Verte 4 : Forêts et rivières du-Val de-Marne** **Hernan ALMEIDA** **24 km**
RV à 8h05 gare de Lyon. *En milieu de rame*, RER D à 8h20 vers Melun pour Boussy Saint-Antoine (8h53). La Ceinture Verte relie, par une boucle de 350 km, tous les espaces verts aux limites des départements de la Petite Couronne. Variante : l'Yerres, Bois St-Leu, le Réveillon, Forêt Notre Dame, Forêt de Grosbois, Boissy-Saint-Léger. RER A à 16h48 pour Paris Lyon (17h16)

Dimanche 15 mars

*** " Saint Germain "** **Jean Claude DENIS** **10 km**
RV à 9h30 à Étoile Charles de Gaulle au *milieu du quai*. RER A à 9h47 pour St Germain en Laye (10h10). En direction de l'Étoile Caroline, pique-nique (table) puis parcours sportif musculations (facultatif) un peu de terrasse et St Germain. RER vers 16h pour Paris Châtelet (16h45).

*** Entre Le Mée sur Seine et Cesson** **Alain FORCADE** **15 km**
RV à 8h25 gare de Lyon. RER D à 8h39 pour Le Mée sur Seine (9h31). Forêt de Bréviande, le Mée sur Seine, bords de Seine, Parc de Debreuil, traversée du quartier de la Croix Blanche, puis la forêt de Bréviande à nouveau jusqu'à Cesson. RER D à 16h17 pour Paris Lyon (17h04)

***** La Montagne aux Potages et le Plateau des Ecouteurs** **Evelyne WOSINSKI** **24 km**
RV à 7h55 gare du Nord. Train à 8h04 pour Luzarches (8h52). GR et PR vers la Montagne aux Potages, le Moulin de Luzarches, le Plateau des Ecouteurs, le Château d'Hérivaux et pour terminer la gare de Fosses Surveilliers. RER D à 16h29 pour Paris Nord (17h35).

Jeudi 19 mars

Jeudi 19 mars – découvrons la rando

*** Les sources de la Bièvre et le circuit des étangs** **Didier THOUENON** **15 km**
RV à 8h30 gare Montparnasse. Train à 8h50 pour Saint-Cyr (9h22). Boucle facile au faible dénivelé, entre forêt et étangs, le long de la Bièvre. Retour par Saint-Cyr. Train à 16h40 pour Paris Montparnasse (17h11) (train toutes les 15mn).

Balade idéale pour les premiers pas : venez découvrir la rando avec les adhérents du TCF. Pour plus de renseignements, demandez au siège (07 69 13 99 22 ou touringclub@laposte.net.) les coordonnées de l'animateur. Appelez-le. Il vous présentera la journée et comment bien vous préparer (lieu du Rendez-Vous, équipement, contenu du sac, chaussures...).

**** D'Isles-les-Meldeuses à Meaux** **Patrick RICHARD** **20 km**
RV à 8h30 gare de l'Est ligne P à 8h49 pour Isles-Armentières (9h31). Découverte, entre l'Isles-les-Meldeuses et Meaux, le long de la Marne et du Canal de l'Ourcq, un coin d'Île-de-France qui regorge de nature, de patrimoine et de symboles. Chemins ombragés, rivières apaisantes, réserve naturelle. Retour de Meaux ligne P à 17h44 pour Paris Est (18h09).

***** Chemin du Cordon de L'Hautil (Boucle)** **Pierre POUPARDIN** **25 km**
RV à 7h40 gare St Lazare. Train à 7h51 pour Triel Sur Seine ligne J (8h24) *D+ 500m*. Chemin de l'Hautil, chemin du Haut de la côte à la Gueule Rouge-Rue du Fay. Retour de Triel Sur Seine ligne J à 17h27 pour Paris St Lazare(18h03).

Dimanche 22 mars

**** Balade Ibérique** **Evelyne WOSINSKI** **18 km**
RV à 9h45 devant l'opéra Bastille. Métro ligne 8 à 10h06 pour Charenton-Ecoles (10h24). St-Maurice, GR15 (bords de Marne) jusqu'à l'église Saint Saturnin (monument historique XIIème siècle) à Champigny-sur-Marne, où à 16h Camille et Mathieu Saglio nous invitent dans un voyage entre musique classique, jazz, musique du monde, spiritualité, nous donnant même rendez-vous pour une balade ibérique à deux temps et à deux frères. Tarif 15-€. Réservation auprès d'Evelyne.

***** De la forêt de Meudon au Parc de Sceaux Claudine ORSINI 26 km**
RV à 8h35 gare Montparnasse. Train ligne N à 8h50 pour Meudon (9h). Maison forestière du Bel Air, carrefour de la Source Ferrugineuse, les Etangs de Villebon, Meudon et de la Garenne, le Plessis Robinson, les Parcs Henri Sellier, de la Vallée aux Loups et de Sceaux. Retour de Sceaux RER B à 17h10 pour Paris Châtelet les Halles (17h32)

Jeudi 26 mars

**** Boucle Gif-sur-Yvette par Gometz-le-Chatel & Bures-sur Yvette Patrick RICHARD 15 km**
RV à 8h30 Denfert-Rochereau RER B à 8h49 pour Gif-sur-Yvette (9h27). Gometz-le-Chatel, viaduc des Fauvettes, parc de la Grande Maison de Bures-sur-Yvettes (tables pique-nique), bassin de Bures, bassin de Couprières, Gif-sur-Yvette RER B à 16h38 pour Denfert-Rochereau (17h14).

Dimanche 29 mars

*** Les Lavoisirs de Guerville Alain FORCADE 15 km**
RV à 8h40 gare St Lazare. Train à 8h53 pour Mantes Station (9h59). D + 250m Un parcours vallonné, jalonné de lavoisirs, avant la remontée sur le plateau et la descente boisée jusqu'à Epône-Mézières. Train à 16h54 pour Paris St Lazare (17h45).

****** Marche matinale de Printemps Hernan ALMEIDA 16 km**
RV à 7h55 Châtelet-les-Halles. *En tête de rame* RER B à 8h08 pour Saint-Rémy-lès-Chevreuse (8h57). D +230 m. Allure rapide, puis déjeuner au restaurant latino. Musique, danse vivement conseillé. Buffet varié et complet 25 € tout compris, convient aux végétariens. Retour de la Verrière train à 16h40 pour Paris Montparnasse (17h26). **Inscriptions auprès de Hernan.**

ACTIVITÉS DE PLUSIEURS JOURS

Le paiement des participations à ces activités se fait par chèque à l'ordre du TCF ou par virement au TCF : IBAN: FR76 3000 3027 3600 0500 0527 935..

RANDONNÉE

Du samedi 11 au mardi 14 avril 2026

LES BOUCLES DE LA SEINE : D'ABBAYE EN ABBAYE Sabine HALAY – Claudine ORSINI
De Rouen à Yvetot

Randonnée itinérante de 4 jours, avec le sac sur le dos. Visite de 3 Abbayes : Saint Martin de Boscherville, Jumièges et Saint Wandrille. Pour relier ces magnifiques vestiges du patrimoine normand, nous traverserons les forêts de Roumare et de Brotonne, nous cheminerons le long de la Seine en empruntant plusieurs bacs pour traverser ses méandres. Marche entre 20 et 25 km par jour.

Hébergement : à l'hôtel en ½ pension.

Participation : environ 450€.

Inscription par mail ou téléphone auprès de Sabine ou Claudine, suivi d'un acompte de 100€, pour confirmation.

Complet : inscription sur liste d'attente

Attention: le début de la randonnée a été reporté d'une journée en raison de disponibilité des hôtels.

Du dimanche 3 ou lundi 4 au dimanche 10 mai 2026

LE TRO BREIZH

Sabine HALAY - Michel CHALARD - René SOUTHON

Entre Quimper et St Paul de Léon, fraction du tour séculaire de la Bretagne dans les pas des Saints Fondateurs de la Bretagne.

Randonnée en point fixe. L'utilisation de transports locaux nous permettra d'aller randonner vers plusieurs lieux paysagers et architecturaux caractéristiques du Finistère.

Participation autour de 500€ pour le moment

Hébergement en 1/2 pension en hôtel dans un village côtier

Inscription par mail ou téléphone, auprès de Michel dès réception de ce programme **et avant le 31 janvier 2026** dernier délai, **suivie d'un chèque d'acompte de confirmation** de 100€ (avertir Michel par mail ou sms si ce mode de paiement est adopté).

Du mardi 26 au vendredi 29 mai 2026

HISTOIRE MÉDIÉVALE ET PARFUMS DE RENAISSANCE

Evelyne WOSINSKI

Destination patrimoine dans le Grand Pithiverais, deux sites incontournables : Visite guidée par un Compagnon de la Châtellenie, du village et de la forteresse médiévale de Yèvres-le-Châtel, village classé parmi les plus beaux villages de France.

Et, dans la lignée des Châteaux de la Loire, le Château de Chamorolles, joyau de la renaissance pour y découvrir son histoire. Le château abrite un musée consacré à l'histoire des parfums, où l'on y parcourt l'histoire de l'hygiène, des senteurs et du parfum du XVI^e siècle à nos jours.

Séjour agrémenté de moyennes et courtes randonnées

Participation autour de 400€ pour le moment.

Hébergement en 1/2 pension en hôtel.

Inscription par mail ou téléphone auprès d' Evelyne, suivi d'un acompte de 100€ pour confirmation

Samedi 20 - dimanche 21 juin 2026

LES ANDELYS: FALAISES DE CALCAIRE, AU BORD D'UNE BLANCHEUR

Hernan ALMEIDA

**** Moyenne/jour : 28 km, D +500m. Au cœur du Vexin normand, dans le département de l'Eure, début de la Haute Normandie. Du haut des falaises blanches, panoramas sur la Vallée de la Seine dominés par le Château Gaillard.

Hébergement : Camping **** tout confort. Type cabanes, 2 personnes.

Nombre de participants : 10 personnes.

Participation estimée : 25 euros hors transport, location 15€ draps + serviette, frais repas.

Inscription par mail ou par téléphone auprès d'Hernan, suivie d'un acompte de **25€** pour confirmation (Avertir Hernan par sms ou courriel sur le mode de paiement adopté).