



RETRAITE SPORTIVE DE CRÉTEIL

Programme des randonnées : **Troisième trimestre 2022**

INFORMATIONS & ACTIVITÉS SPÉCIALES

S'inscrire auprès de l'animateur organisant la rando :

- **Par mail ou par sms du dimanche soir au lundi 18 heures** (n'oubliez pas de signer votre nom et prénom ; dites « **covoiturage ou proposition de voiture avec X places**)
- **Ou par téléphone le lundi de 18h30 à 19 h30 et uniquement sur le numéro de portable de l'animateur**

PROFIL DES RANDONNÉES

	PLAT	PEU VALLONNÉ	VALLONNÉ	TRES VALLONNÉ
P = PETITE RANDO	< 50 m de dénivelé	50 à 100 m de dénivelé		
M = MOYENNE RANDO	< 50 m de dénivelé	50 à 200 m de dénivelé	200 à 350 m de dénivelé	>350 m de dénivelé
G = GRANDE RANDO	< 50 m de dénivelé	50 à 250 m de dénivelé	250 à 450 m de dénivelé	>450m de dénivelé
B = Balade de proximité				

Prévision : le mercredi 12 octobre 2022 : Les randos Balades, Petites, Moyennes et Grandes se retrouveront au cours d'un pique-nique commun (chacun apporte son pique-nique) ; la RSC offre l'apéritif. Soyez nombreux !

JUILLET 2022

DATES	Type	LIEU	Départ	PROFIL	REPAS	DISTANCE	TRAJET	ANIMATEURS
Vendredi 1	B	75 cité universitaire	9h30	Plat	Pic-nic	7 km	metro	Nicole Milgram
Mercredi 6	P	94 La Belle image (Santeny)	9h30	Peu val	Pic-nic	11 km	20 km	Gilles Le Naour
	M	Pas de rando						
	G	Pas de rando						
Mercredi13 Vacances scolaires	P	94 De Choisy à Villeneuve St Georges	9 h30	Plat	Pic-nic	12 km	bus	Gilles Le Naour
	M	77 FF Rocher aux Princes	8 h00	Val	Pic-nic	17 km	120 km	Pascal Harcaut
	G	pas de rando						
Jeudi 14	M	<i>Fête nationale</i>						
Mercredi 20	P	94 Bords de Marne du Pont de Créteil à	9 h30	Plat	Pic-nic	12 km	sans	Gilles Le Naour
	M	77 Fontainebleau Mont Pierreux Tour Dennecourt	8h30	Peu val rochers	Pic-nic	16 km	108 km	Marie-Françoise Veillot
	G	Pas de rando						
Mercredi 27	P	Pas de rando						
	M	91 Yerres (Biche au Bois)	8h30	Peu val	Pic-nic	17 km	22 km	Alain Briard
	G	Pas de rando						

AOUT 2022

DATES	Type	LIEU	Départ	PROFIL	REPAS	DISTANCE	TRAJET	ANIMATEURS
Mercredi 3	M	78 Buc Saint Cyr l'Ecole	8 h30	val	Pic-nic	15 km	66 km	Gérard Noël
Mercredi 10	M	60 Ermenonville	8h30	Peu val	Pic-nic	17 km	120 km	Pascal Harcaut
Mercredi 17	M	77 Grisy-Suisnes à Gregy/Yerres	8h30	peu val	Pic-nic	17 km	46 km	Philip Sinico
Mercredi 24	M	77 Touquin	8 h30	peu val	Pic-nic	17 km	105 km	Gérard Noël
Mercredi 31	M	77 Faremoutiers - Pommeuse	8h30	val	Pic-nic	17 km	104 km	Gérard Noël

SEPTEMBRE 2022

DATES	Type	LIEU	Départ	PROFIL	REPAS	DISTANCE	TRAJET A/R	ANIMATEURS
Mercredi 7	P	94 Sucy en Brie -forêt Notre Dame	9h30	plat	Pic-nic	11 km	22 km	Alain Briard
	M	77 Sainte Aulde	8 h 15	val	Pic-nic	17 km	138k +peage	Gérard Noël
	G	77Savigny le Temple	7 h30	Peu val	Pic-nic	23 km	60 km	Pascal Harcaut
Jeudi 8	M	78 Velizy-Jouy en Josas	8 h30	Peu val	Pic-nic	17 km	50 km	Pascal Harcaut
Mercredi 14	P	94 Vincennes Porte Dorée	9h30	plat	Pic-nic	12 km	métro	Gilles Le Naour
	M	91 Yerres -Caillebotte-Reveillon	8 h30	Peu val	Pic-nic	16 km	22 km	Marie-Françoise Veillot
	G	02 Etampes/Marne	7h00	Val	Pic-nic	25 km	180 km	Renée Rose TARD
Jeudi 15	M	77 Tigeaux Forêt de Crécy	8 h30	Peu val	Pic-nic	17 km	80 km	Gérard Rousseau
Vendredi 16	B	91 Yerres - Caillebotte	9h30	Peu val	Pic-nic	8 km	TVM +RER	Nicole Milgram
Mercredi 21	P	94 Marolles	9 h30	plat	Pic-nic	11 km	40 km	Josette Nathan
	M	Pas de rando						
	G	77 La Houssaye en Brie	7 h30	T P val	Pic-nic	21 km	90 km	Gérard Rousseau
Jeudi 22	M	Pas de rando						
Mercredi 28 Sejour RSC	P	Pas de rando						
	M	94 Boissy St Leger -Santeny	8h45	Peu val	Pic-nic	16 km	20 km	Marie-Françoise Veillot
	G	91 Boutigny/Essonne - Château Courance	7h30	val	Pic-nic	23 km	120 km	Jacques Meyer
Jeudi 29 Sejour RSC	M	77 Guérard	8h30	val	Pic-nic	17 km	90 km	Pascal Harcaut
Vendredi 30	B	75 Paris Buttes Chaumont quartier de la Mouzaïa (19ème)	9h30	Peu val	Pic-nic	8 km	métro	Nicole Milgram

COORDONNEES DES ANIMATEURS DE RANDONNEES

Téléphones mobiles et Messagerie

SAISON 2021-2022

ANIMATEURS		Tel Mobile	E-mail
BRIARD Alain		06.50.26.38.90	briardam@free.fr
BRULE Michel		06.19.12.66.37	brulemichel@orange.fr
CARRE Jean-Yves		06 30 46 79 09	jycarre58@gmail.com
GANDOSSI Patrice		06.31.88.87.75	patricersc@gmail.com
Le NAOUR Gilles		07 80 04 71 21	gilleneve@me.com
HARCAUT Pascal		06 12 33 88 77	harcautpascal@gmail.com
LAGRANGE Christian		06.02.35.52.24	randocreteil@gmail.com
LANGLET Jean-Claude		07.60.60.58.81	langletjc48@orange.fr
MEYER Jacques		06.71.55.72.02	jacques-meyer@orange.fr
MILGRAM Nicole		06.63.16.19.40	nicole.milgram.rsc@gmail.com
NATHAN Josette		06.89.79.23.71	josette1939@aol.com
NOEL Gérard		06 78 15 91 23	gerard.noel43@orange.fr
ROUSSEAU Gérard		06.12 01 90 65	grousseaursc@gmail.com
SINICO Philip		06.09.12.33.64	phsinico@gmail.com
TARD Renée-Rose		06 61 80 74 65	rrtard@gmail.com

THIESSARD Marc		06.60.77.00.14	thiessard.marc@orange.f
VEUILLOT Marie-Françoise		06.89.70.59.41	veuilotmarie@gmail.com

Le covoiturage est organisé par les animateurs responsables de leur rando lors de l'inscription ;

Mesures COVID

Dans les voitures le **masque** est fortement conseillé ! Il reste obligatoire si le chauffeur le demande !

- **Pas de partage** de médicaments (même homéopathie)

