

 Congés scolaires

Randonnées 2008-2009

Mois	Congés scolaires	Nota : les événements en rouge sur fond bleu correspondent à des animations club auxquelles la participation de tous les adhérents est vivement souhaitée.					
		Date	Randonnée ou animation	Heure Départ	Distance	Commentaire	Animateur
Septembre		sam 06 sept 08	Forum des associations	10h		Gymnase Lachenal	Tous
		dim 07 sept 08	Rougeau hors pistes	9h	10 km	Initiation à la rando. pour les nouveaux adhérents	Philippe CANSELIET
		dim 07 sept 08	Versailles	8h	13 km	Participation libre	Godillot de Paris
		mer 10 sept 08	Rando 1/2 journée	8h	10 km		Philippe CANSELIET
		dim 14 sept 08	La Canche aux merciers	8h	15 km		Victoriano CASTEL
		dim 21 sept 08	Blandy les Tours champeaux	8h	20 km		Jean-Claude BROUSSAL
		sam 20 et dim 21 sept 08	Champ. France Rando-challenge			Gérardmer (Vosges)	Philippe CANSELIET
		mer 24 sept 08	Le long de l'Essonne (retour en RER)	8h	10 km	Prévoir 5€ pour le train	Victoriano CASTEL
	dim 28 sept 08	Virades de l'Espoir contre la mucoviscidose (Lieuxaint)	8h	6 ou 15 km	Don libre	Florence COQUEREL	
Octobre		mer 01 oct 08	Rando 1/2 journée	8h	10 km		Philippe CANSELIET
		dim 05 oct 08	De Barbizon à Franchard	8h	15 km		Jean-Claude BROUSSAL
		dim 05 oct 08	Marcher pour Curie contre le cancer du sein (Vincennes)	8h	5 ou 10 km	Inscription 10€ + Train	Maryse BROUSSAL
		sam 11 oct 08	Soirée d'accueil des nouveaux adhérents	20h		Dîner	Tous
		dim 12 oct 08	Gif sur Yvette	8h	18 ou 25 km	Retour en train si 18 km	Florence COQUEREL
		mer 15 oct 08	Bords de l'Yerres	8h	10 km		Victoriano CASTEL
		dim 19 oct 08	Festival de la rando IDF (Buthiers)	8h	Au choix		Tous
	dim 26 oct 08	La Ferté Cerny	8h	19 km		Philippe CANSELIET	
Novembre		dim 02 nov 08	Moigny - Videlles	9h	21 km		Jean-Claude BROUSSAL
		mer 05 nov 08	Rando 1/2 journée	9h	10 km		Philippe CANSELIET
		dim 09 nov 08	Vallée close (Forêt des Trois Pignons)	9h	15 km		Florence COQUEREL
		dim 16 nov 08	La tour de Monthéry	9h	14 km		Jean-Claude BROUSSAL
		mer 19 nov 08	Forêt de Sénart Soisy	9h	10 km		Victoriano CASTEL
		dim 23 nov 08	Villiers sous Gretz - Dame Jouanne	9h	20 km		Victoriano CASTEL
		dim 30 nov 08	Forêt de Dourdan et de l'Ouye	9h	20 km		Philippe CANSELIET

 Congés scolaires

Randonnées 2008-2009

Mois	Congés scolaires	Nota : les événements en rouge sur fond bleu correspondent à des animations club auxquelles la participation de tous les adhérents est vivement souhaitée.					
		Date	Randonnée ou animation	Heure Départ	Distance	Commentaire	Animateur
Décembre		mer 03 déc 08	Rando 1/2 journée	9h	10 km		Philippe CANSELIET
		dim 07 déc 08	Recluses - Bourron Marlotte	9h	15 km		Florence COQUEREL
		dim 14 déc 08	Fontainebleau le rocher Cassepot	9h	15 km		Jean-Claude BROUSSAL
		mer 17 déc 08	Autour du Carré Sénart	9h	10 km		Victoriano CASTEL
		dim 21 déc 08	St. Vrain	9h	15 km		Philippe CANSELIET
		dim 28 déc 08	Ormoy-la-Rivière	9h	15 km		Philippe CANSELIET
Janvier		sam 03 janv 09	Godillot de Paris	13h	14 ou 20 km		Jean-Claude BROUSSAL
		dim 04 janv 09	Fontainebleau Cuvier Chatillon	9h	20 km		Victoriano CASTEL
		mer 07 janv 09	Rando 1/2 journée	9h	10 km		Philippe CANSELIET
		dim 11 janv 09	Rando sportive (Rougeau)	9h	13 km		Florence COQUEREL
		sam 17 janv 09	Fête de l'Epiphanie	20h		Dîner et galette des Rois	Tous
		dim 18 janv 09	Rougeau-Corbeil	9h	15 km		Jean-Claude BROUSSAL
		mer 21 janv 09	Forêt Sénart Combs la Ville	9h	12 km		Victoriano CASTEL
		dim 25 janv 09	La basse vallée de l'Orvanne	9h	20 km		Philippe CANSELIET
Février		dim 01 févr 09	Breuillet - St. Sulpice de Favières	9h	14 km		Florence COQUEREL
		mer 04 févr 09	Rando 1/2 journée	9h	10 km		Philippe CANSELIET
		dim 08 févr 09	Milly château de Courances	9h	20 km		Jean-Claude BROUSSAL
		dim 15 févr 09	Circuit d'Etréchy	9h	15 km		Victoriano CASTEL
		mer 18 févr 09	Forêt Rougeau Château des Roches	9h	10 km		Victoriano CASTEL
		dim 22 févr 09	Circuit de Soisy-sur-Ecole	9h	21 km		Philippe CANSELIET

Programme indicatif pouvant donner lieu à des modifications en fonctions des circonstances (météo, etc.).

Vérifiez les mises à jour sur notre **site Internet** : <http://monsie.orange.fr/rando-vitalite/>

Séjours 2008-2009

Date début	Date fin	Séjour (titre)	Animateur(s)	Modalités
lun 08 sept 08	sam 13 sept 08	Belle-Île-en-Mer	Florence COQUEREL	Découvrez Belle-Île, un merveilleux concentré de Bretagne dans un environnement unique et préservé.
Fin janvier 2009		Raquettes	Jean-Claude BROUSSAL	La raquette permet une autre approche de la randonnée en montagne l'hiver.
dimanche 29 mars 2009		Sortie club (transport en bus)	Tous les animateurs	<u>Programme prévisionnel : randonnée, repas au restaurant, visite</u>
Pâques 2009		La côte d'Emeraude	Florence COQUEREL	La Côte d'Emeraude s'étend sur 20 km entre la cité corsaire de Saint-Malo et les falaises abruptes du Cap Fréhel. Longues plages, criques, côte dentelée. En face, l'île des Hébihens, paradis faunistique se parcourt à marée basse.
sam 04 juil 09	dim 12 juil 09	Tour des glaciers de la Vanoise	Philippe CANSELIET	Randonnée de haute montagne itinérante avec portage du sac à dos , de niveau bon marcheur, hébergement en gîte ou refuge. Cette randonnée nécessite un bon entraînement à la marche et à l'altitude : 6 jours de 5 à 7 heures de marche pour 600m à 1000m de dénivelée. C'est pourquoi un programme de préparation spécifique sera mis en place les mois précédents.