

Téléphones des animateurs :

Yvette BERGOUNIOUX	01 48 94 27 15
André BONNAILLIE	06 07 30 93 07
Jacques CARRIER	06 29 62 08 56
Christian CONDY	06 79 44 26 27
Lucien DEMAREZ	06 75 14 12 71
Fabien DEISS	06 62 39 34 19
Bernard GUILLEMIN	06 80 60 99 50
Guy LE GARGASSON	06 17 29 46 56
Paul ROGER	06 76 21 67 24
Betty UGUEN	01 45 28 41 11
Eric VAN DERHEYDEN	06 11 01 71 70
Philippe VERCRUYSSSE	06 83 43 26 99



Bulletin des Randonneurs Août, septembre et octobre 2010

Association : loi du 1^{er} juillet 1901
Hôtel de Ville
20 rue Rochebrune
93110 ROSNY-SOUS-BOIS
☎ : N° de tél. des animateurs
Internet : <http://rosny-rando.org>
Email : info@rosny-rando.org

Un contrôleur sympa

Le groupe de randonneurs, en semaine, est seul dans un compartiment du train qui conduit à Chantilly. Les discussions vont bon train et les rires fusent. Quelqu'un jette à la cantonade : "le contrôleur !" Chacun recherche avec fébrilité, qui dans son sac, qui dans ses poches, le billet cher acheté. Quelques uns paniquent : "je ne le trouve pas ! - où l'ai-je mis ? - je l'ai perdu !". Enfin chacun exhibe avec le sourire le fameux billet qui lui évitera une amende. Après en avoir pointé quelques uns, le contrôleur, voyant qu'il a affaire à un groupe bruyant mais régulier, s'arrête et engage la conversation : "qui êtes-vous ? - où allez-vous ? - moi aussi j'aimerais randonner en forêt...". Puis il nous quitte en nous souhaitant du soleil et une bonne promenade.

Le train s'arrête, comme prévu, à Chantilly et pendant que le groupe traverse la gare, il a le plaisir d'entendre les haut-parleurs résonner : "La Gare de Chantilly est heureuse d'accueillir les Randonneurs de Rosny-sous-Bois et leur souhaite une bonne journée !"

Les Cheminots (de Chantilly) sont sympas.

Etampes - La Tour de Guinette

Enorme, quadrilobée, la tour de Guinette est la fierté d'Etampes. Le mot "Guinette" viendrait du vieux français "guiner" c'est-à-dire "voir de très loin". Seul le donjon du château (XII^e siècle) a été conservé. À cette époque, la tour de Guinette ne comportait que de rares meurtrières. Ses quatre tours convexes formaient une masse quasi inébranlable avec ses 25 m de largeur, destinés à résister aux coups de bélier. Au XIII^e siècle, on accédait, par un escalier à vis, au second étage du donjon où se situait une salle d'apparat de 13 m de haut. Deux grandes cheminées et des tribunes ornaient la pièce. Les histoires se succèdent dans cette tour fascinante : la tour de Guinette servit de prison (1200-1213), à la belle Ingeburge, princesse de Danemark et seconde femme de Philippe-Auguste. Le roi en aimait une autre... La résistance du capitaine de Bois-Bourbon, lors du siège du donjon par les Bourguignons en 1411, appartient aux hauts-faits historiques. Bombardée par Turenne au XVII^e siècle, vendue à la Révolution pour 525 francs, la tour de Guinette fut remise à la ville en 1859, puis classée monument historique.

D'après "L'Essonne à pied"



Randonnées d'août 2010



Date	Rendez-vous Hall RER Rosny Centre	Description	Distance	Animateur(s)
Jeudi 5	9h00	Bourg la Reine ==> Choisy le Roi Roseraie de l'Haÿ les Roses (Mobilis 3 zones)	15 km	Christian
Dimanche 8	8h00	Esblly - Canaux de la Marne et du Morin Auto-pédestre - coût : 7 € Prévenir 48h à l'avance	20 km	Eric
Mardi 17	9h00	Brunoy - Forêt de Sénart (Mobilis 5 zones)	15 km	Lucien
Jeudi 19	18h00	Randonnée en soirée : Paris Plage (Billets simples)	12 km	Christian
Dimanche 22	8h00	Vallée de l'Automne Abbaye de "Lieu Restauré" Auto-pédestre - coût : 12 € Prévenir 48h à l'avance	23 km	Eric
Mardi 24	8h30	Bourg la Reine ==> Bièvres (Mobilis 4 zones)	14 km	Guy
	13h00	Roissy en Brie - Mirabelles (Billets simples)	10 km	Lucien
Jeudi 26	8h30	Parc de Saint-Cloud Marnes la Coquette (Mobilis 3 zones)	18 km	Paul
Dimanche 29	8h00	Forêt de Fontainebleau (Mobilis 6 zones)	25 km	Philippe
Mardi 31	13h00	Forêt d'Armainvilliers (Billets simples)	10 km	Lucien



Randonnées de septembre 2010

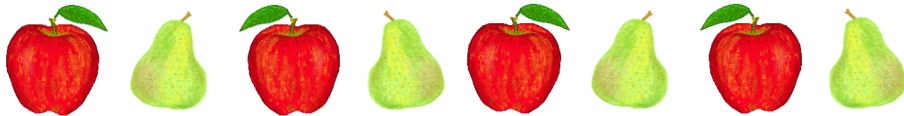


Date	Rendez-vous Hall RER Rosny Centre	Description	Distance	Animateur(s)
Jeudi 2	8h00	Boucle de la Marne Joinville ==> Saint-Maur (Billets simples)	18 km	Yvette
Dimanche 5	8h15	St Rémy lès Chevreuse ==> St Chéron (Mobilis 5 zones + supplément au retour)	25 km	Philippe
Mardi 7	8h30	Plateau de Satory (Mobilis 4 zones)	17 km	André
Jeudi 9	8h30	Grand Circuit du Bois de Boulogne et Parc de Bagatelle - Entrée : 5 € (Billets simples)	16 km	Paul
Dimanche 12	8h45	"Découverte de la Randonnée" Voir fiche d'inscription jointe Inscription obligatoire	8/12 km	Les animateurs
Mardi 14	7h30	Autour d'Étampes (Mobilis 6 zones)	20 km	Jacques
Jeudi 16	9h00	Marnes la Coquette ==> Vauresson (Mobilis 3 zones + supplément au retour)	13 km	Guy
Dimanche 19	8h00	Saint-Michel sur Orge ==> Palaiseau Tour de Monthéry (Mobilis 5 zones)	22 km	Philippe
Mardi 21	7h30	Trilport - Forêt de Montceaux (Mobilis 6 zones)	18 km	Christian
Jeudi 23	8h00	Boucle autour de Boissy Saint-Léger (Mobilis 4 zones)	17 km	Bernard
Dimanche 26	7h45	Dourdan ==> Saint-Chéron (Mobilis 6 zones)	26 km	Philippe
Jeudi 30	7h45	Forêt des 4 piliers - Visite de la Serre aux Papillons - Entrée : 5,50 € (Mobilis 6 zones) - <u>Parcours difficile</u>	18 km	Christian

En 2011 deux séjours de niveaux différents vous seront proposés :

* **du 1^{er} au 8 mai** : Promenades et découvertes dans le golfe du Morbihan (département du Morbihan);

* **du 28 mai au 4 juin** : Randonnées quotidiennes de 15 à 20 km dans le Quercy (département du Lot).



La 9^e Rand'Oxygène de Roissy en Brie du 9 mai 2010 a réuni 31 participants. Nous avons obtenu la 2^e place.

La 10^e Rand'Oxygène aura lieu le dimanche 15 mai 2011. Soyons prêts pour retrouver la première place !





Randonnées d'octobre 2010



Date	Rendez-vous Hall RER Rosny Centre	Description	Distance	Animateur(s)
Dimanche 3	8h00	Fontenay le Fleury - Forêt de Bois d'Arcy (Mobilis 5 zones)	17 km	Philippe
Jeudi 7	8h30	Saint-Michel sur Orge Basilique de Longpont sur Orge (Mobilis 5 zones)	15 km	Christian
Dimanche 10	7h45	Dourdan ==> Sermaise (Mobilis 6 zones)	22 km	Philippe
Mardi 12	8h30	Traversée de Paris Porte Dauphine ==> Porte de St-Mandé (Billets simples)	19 km	Paul
Jeudi 14	8h30	Orry la Ville ==> Pontarmé (Billets Grande Ligne sur place : env. 10 €)	16 km	Guy
Dimanche 17	8h00	Forêt de Fontainebleau Domaine des 3 Pignons Parcours difficile - Rochers ! Auto-pédestre - coût : 15 € Prévenir 48h à l'avance	16 km	Eric
			22 km	Philippe
Mardi 19	8h00	Forêt de Montmorency - Châtaignes (Mobilis 4 zones)	17 km	Yvette
Jeudi 21	7h45	Vallée de l'Yerres - Verneuil l'Étang (Mobilis 6 zones)	17 km	Jacques
Dimanche 24	8h00	Autour de Luzarches (Mobilis 5 zones)	22 km	Philippe
Mardi 26	8h00	Meudon ==> Bourg la Reine (Mobilis 3 zones)	16 km	Bernard
Jeudi 28	8h30	Lagny-Thorigny ==> Esbly (Billets simples)	18 km	Paul
Dimanche 31	8h30 Passage à l'heure d'hiver	Cergy ==> Vaux sur Seine (Mobilis 5 zones)	20 km	Fabien



Journée Découverte de la Randonnée Pédestre

DIMANCHE 12 SEPTEMBRE 2010

Heure du rendez-vous : 8h45.

Lieu : devant la gare SNCF de Rosny Centre.

Un repas au stade Armand Girodit (avenue Kennedy) suivra la randonnée.

Participation : adhérent: 15 € - non adhérent: 20 €

Inscription **obligatoire** au plus tard le **3 Septembre 2010**, **déjà de rigueur**.

Le bulletin d'inscription ci-dessous, accompagné du règlement par chèque à l'ordre des **Randonneurs Rosnéens**, est à faire parvenir à:

**Les Randonneurs Rosnéens - Hôtel de Ville 20 rue Rochebrune
93110 ROSNY SOUS BOIS**

N.B. Les personnes non-adhérentes ne peuvent accéder au repas que dans la mesure où elles auront participé à la randonnée (8 ou 12 km).



Journée Découverte de la Randonnée du dimanche 12 Septembre 2010

Bulletin d'inscription

NOM Prénom

Adresse :

Participation : adhérent 15 € x Nombre de participants: ... = €

non adhérent .. 20 € x Nombre de participants: ... = €

Total: = €

Signature :

Bulletin à adresser impérativement avec votre chèque au plus tard le:
3 Septembre 2010 à l'adresse suivante :

**Les Randonneurs Rosnéens - Hôtel de Ville 20 rue Rochebrune
93110 ROSNY SOUS BOIS**

Si vous souhaitez recevoir notre bulletin par courrier électronique, envoyez un message à :
info@rosny-rando.org ou via la rubrique «contact» de notre site <http://rosny-rando.org>