



PROGRAMME

Octobre - Novembre - Décembre 2026

Sorties-Loisirs et Randonnées

Découvrez tous vos rendez-vous d'automne !



Expos
Théâtre
Balades
Randos 6 km
Randos 18 km
Concerts
Musées

Les Auxiliaires des Aveugles - Paris / Ile-de-France

Les **Auxiliaires**
des **Aveugles**



SORTIES-LOISIRS : Annie, Rachel ou Denis au 01 88 32 31 49

RANDONNÉES :

Petites - **Martine** par mail : ptrato.lesauxiliaires@gmail.com

Moyennes - **Martine** par mail : pmrando.lesauxiliaires@gmail.com

Grandes - **Annie** par mail : rando.lesauxiliaires@gmail.com

Association reconnue d'utilité publique (décret du 26 mars 1974)

71 avenue de Breteuil - 75015 Paris - Téléphone : 01 88 32 31 40

contact@lesauxiliairesdesaveugles.asso.fr - Site : lesauxiliairesdesaveugles.asso.fr

PROGRAMME SORTIES - LOISIRS

Octobre – Novembre - Décembre 2026

**Nous avons le plaisir de vous proposer le programme des
Sorties-Loisirs et Randonnées du 4ème trimestre 2026**

Anne passe aujourd'hui le relais au sein de l'équipe des sorties culturelles et des randonnées. Depuis 2024, sa contribution a été précieuse dans l'élaboration des programmes et l'accompagnement des groupes lors des différentes sorties. Un immense merci, Anne, pour ton engagement, ta disponibilité, ta patience et tout ce que tu as apporté à l'équipe au fil de ces deux années!
Reviens quand tu veux!

Merci de vous inscrire **avant le 01 octobre 2026**

- de préférence par courriel à l'adresse dédiée

sorties@lesauxiliairesdesaveugles.asso.fr

- ou par téléphone au **numéro fixe : 0188323149**

Si vous tombez sur le répondeur, laissez vos nom, prénom et votre numéro de téléphone. Nous vous rappellerons.

Indiquez vos souhaits de sorties par ordre de préférence,

Précisez votre besoin éventuel d'un guide accompagnateur.

Votre participation à une sortie, vous sera confirmée **par mail ou par téléphone**. Dès lors, vous vous engagez à régler la sortie. Toute annulation est non remboursable. Si vous ne recevez pas de réponse c'est que nous n'avons pas pu satisfaire votre demande.

L'association fait en sorte de vous proposer des sorties à des tarifs préférentiels.

Les bénévoles, en charge des sorties, font le maximum pour vous proposer un programme attractif chaque trimestre. Nous ne pouvons satisfaire les souhaits de chacun, merci de faire preuve d'indulgence auprès d'eux qui s'investissent énormément.

Droit à l'image

Il est possible que des photos soient prises lors des sorties culturelles, des randonnées ou des moments festifs. Celles-ci peuvent, éventuellement, être utilisées dans le journal, Facebook, ou les documents servant à faire la promotion de l'association. Si vous ne souhaitez pas être sur les photos, merci de nous prévenir lors de l'évènement.

Mois d'Octobre

LE PANTHÉON ÉCRIN RÉPUBLICAIN DES DESTINS EXCEPTIONNELS

Jeudi 09 octobre de 14h15 à 16h00 environ

La visite découverte guidée du Panthéon propose une immersion au cœur d'un chef-d'œuvre architectural. Sous l'immense nef, les visiteurs découvrent notamment le pendule de Foucault à travers une approche scientifique et sensorielle. Enfin, le parcours s'achève dans la crypte pour évoquer les destins des illustres personnalités qui reposent en ces lieux.

8 déficients visuels et 8 accompagnateurs

TARIF DÉFICIENT VISUEL : 5 euros

TARIF ACCOMPAGNATEUR : gratuit

RDV à 13h50 devant l'entrée, Place du Panthéon 75005 Paris.

Métro : ligne 4 Saint Michel, ligne 10 Maubert-Mutualité

RER B et C Saint Michel Notre Dame

Bus : 24, 75, 89 Panthéon

BALADE HISTORICO-NATURALISTE DANS LES JARDINS DES CHAMPS-ÉLYSÉES

Mardi 13 octobre de 10h30 à 12h30 environ - Report de la visite du 23 juin, les personnes inscrites en juin seront prioritaires.

Sortie réalisée avec le soutien d'ODITY

Une oasis de verdure au cœur de Paris, les Jardins des Champs-Élysées offrent une échappée belle loin de l'agitation urbaine.

Véritable havre de paix, cet écrin de verdure invite à la contemplation et à la détente dans un cadre riche en histoire et en culture. Au cours de cette balade, Jacky notre conférencier, nous fera découvrir l'architecture, la faune et la flore.

7 déficients visuels et 7 accompagnateurs

TARIF DÉFICIENT VISUEL : 8 euros

TARIF ACCOMPAGNATEUR : 5 euros

RDV à 14h00 au pied de l'obélisque, au centre de la place de la Concorde.

Métro : Lignes 1, 8, 12 Station Concorde

Bus : 42, 45, 84, 94 Concorde

BALADE MUSICALE MONTMARTRE EN CHANSONS

Jeudi 15 octobre de 14h15 à 16h15 environ - Report de la balade du 25 juin, les personnes inscrites en juin seront prioritaires.

Sortie réalisée avec le soutien d'ODITY

Montmartre, The must ! Une trentaine de lieux insolites, une vingtaine de chansons françaises du “Temps des Cerises” au “Temps des fleurs” interprétées a cappella par une chanteuse professionnelle et des anecdotes en lien avec les chanteurs et l’histoire de la butte, voilà le cocktail du circuit insolite “Montmartre en chansons”! Au gré des ruelles typiques et des plus jolis coins de la butte dont certains peu connus, Anne-Sophie vous invite à vivre une immersion inoubliable dans le Montmartre d’autrefois.

Parcours comportant des escaliers et des dénivelés

7 déficients visuels et 7 accompagnateurs

TARIF DÉFICIENT VISUEL : 20 euros

TARIF ACCOMPAGNATEUR : 16 euros

RDV à 14h00 devant la sortie du métro, place des Abbesses 75018 Paris

Métro : Lignes 12 - station Abbesses

Bus : 40 Abbesses

THÉÂTRE DU CHÂTELET OPÉRA-BALLET ‘LA FIN DES TEMPS’ (Représentation AVEC audiodescription)

Dimanche 18 octobre 15h00 à 17h55 environ (durée 2h45 avec un entracte)

La séance sera précédée d’une visite tactile.

En 2026, la productrice japonaise Miyako Kanamori confie à Philippe Decouflé la réalisation de la toute première adaptation, à la scène, de l’un des romans d’Haruki Murakami : *La Fin des temps*. Le chorégraphe français s’est lancé dans une œuvre d’art total mêlant théâtre, musique et danse, empruntant aux codes de la comédie musicale (*Les Parapluies de Cherbourg*, *West Side Story*...), ainsi qu’à la tradition du Kabuki (une forme épique de théâtre japonais). Langue : japonais, surtitré en français et anglais.

6 déficients visuels et 6 accompagnateurs

TARIF DÉFICIENT VISUEL : 14 euros

TARIF ACCOMPAGNATEUR : 9 euros

RDV à 14h30 devant l’entrée du théâtre, Place du Châtelet, Paris 1^{er}.

Métro : Lignes 1, 4, 7, 11, 14 - station Châtelet

Bus : 21, 38, 47, 58, 67, 69, 70, 72, 74, 75, 76, 85, 96

RER A, B, D – station Châtelet-Les Halles

MÉMORIAL DE LA SHOAH DE DRANCY LA SECONDE GUERRE MONDIALE PAR LE PRISME DE LA RADIO

Mardi 20 octobre de 14h30 à 16h30 environ

Visite guidée du site mémoriel majeur de la déportation des juifs en France qui vous invite à découvrir des archives sonores de la seconde guerre mondiale pour comprendre le rôle essentiel de la radio lors de ce conflit. A travers ce médium : temps forts politiques, discours de propagande et prises de parole de résistants se sont succédé au micro. La parole sera également donnée aux rescapés pour se focaliser plus particulièrement sur l'expérience de l'internement du camp de Drancy.

7 déficients visuels et 7 accompagnateurs
TARIF : GRATUIT

RDV à 13h45 sur le quai de la station Bobigny-Pablo Picasso - Terminus de la ligne 5 pour ensuite prendre ensemble le bus 251 jusqu'à la station « Place du 19 mars 1962 » (5 stations)

Mois de Novembre

BALADE SUR LES TRACES DE L'ANCIEN VILLAGE DE CHARONNE

Jeudi 5 novembre de 14h30 à 16h30 environ

Sortie proposée par Éric de l'association 'Parisiens d'un jour - Greeters'

Nous reprogrammons cette balade qui a été très demandée au mois de septembre. Éric nous invite à une nouvelle visite parisienne qui nous mènera sur les traces de l'ancien Village de Charonne. Nous déambulerons dans le 20^{ème} arrondissement, sur un parcours très intéressant et très bucolique. Il y a aura des choses très variées à découvrir dans des endroits de Paris finalement pas si connus que cela.

7 déficients visuels et 7 accompagnateurs
TARIF : Gratuit

RDV à 14h00 à la sortie du métro Alexandre DUMAS, à l'angle du boulevard de Charonne et de la rue de Bagnolet.

Métro : ligne 2, station Alexandre DUMAS - ligne 11, station Arts et Métiers.

Bus : ligne 76 - station Charonne - Bagnolet

Arrivée à la 'Campagne à Paris', un lotissement situé à côté de la porte de Bagnolet (ligne 3 - Tram T3b).

**HÔTEL DE LA PAÏVA
EXCEPTIONNEL ET RARE !
Visite guidée et privée**

Samedi 14 novembre de 15h30 à 17h30 environ

Sortie réalisée avec le soutien d'ODITY

L'Hôtel de la Païva, situé au 25 Champs-Élysées, est l'un des joyaux les plus secrets et exubérants du Second Empire. Construit au milieu du 19^{ème} siècle, ce somptueux palais néo-Renaissance fut commandé par Esther Lachmann, dite "La Païva", une célèbre courtisane devenue comtesse prussienne.

L'intérieur témoigne d'un luxe inouï, marqué par le célèbre **escalier sculpté en onyx jaune d'Algérie** et une salle de bain dotée d'une baignoire également taillée dans un bloc d'onyx. Aujourd'hui propriété du très privé *Travellers Club*, ce chef-d'œuvre d'arts décoratifs ne se découvre qu'à l'occasion de rares visites guidées.

il sera possible **exceptionnellement** de toucher certains éléments du mobilier ou de la décoration, comme l'escalier, les cheminées, les lambris aux murs et la fameuse baignoire.

9 déficients visuels et 9 accompagnateurs

TARIF DÉFICIENT VISUEL : 13 euros

TARIF ACCOMPAGNATEUR : 9 euros

RDV à 15h15 devant l'Hôtel de la Païva – 25 Avenue des Champs-Élysées

Métro : Ligne 1 et 9 Franklin D. Roosevelt

Bus : 28, 32, 42, 73, 80, 93

CONFÉRENCE AUDIO-DÉCRITE AU GRAND-PALAIS EXPOSITION "CÉZANNE ET NOUS"

Lundi 16 novembre de 10h00 à 12h00 environ

Une exposition inédite consacrée à Paul Cézanne (1839-1906) et à son héritage artistique. De Paul Gauguin à Henri Matisse, Pablo Picasso, Piet Mondrian, Joan Mitchell, Bridget Riley et Peter Doig, près de 180 œuvres retracent la manière dont son travail a été découvert, interprété et transformé, de la fin du 19^e siècle à aujourd'hui.

7 déficients visuels et 7 accompagnateurs

TARIF DÉFICIENT VISUEL : 7 euros

TARIF ACCOMPAGNATEUR : gratuit

RDV à 9h30 à l'accueil du Grand Palais Square Jean Perrin, 17 avenue du Général Eisenhower, 75008 Paris.

Métro : ligne 1 et 9, station Franklin D. Roosevelt – ligne 1 et 13, station Champs Élysées Clemenceau

Bus : lignes 28, 42, 52, 63, 72, 73, 80, 83 et 93

MANUFACTURE NATIONALE DE SÈVRES VISITE TACTILE "DU BOUT DES DOIGTS" LA PÂTE DE PORCELAINE

Mercredi 18 novembre de 10h00 à 11h30

La découverte des savoir-faire de la manufacture nationale de Sèvres et de la fabrication de la pâte de porcelaine. Une visite pour découvrir l'histoire de la manufacture de Sèvres, et les techniques de fabrication de la pâte de porcelaine, à travers la découverte du 'moulin'. La visite s'appuie sur la lecture de planches tactiles en braille et la manipulation de matériaux.

5 déficients visuels et 5 accompagnateurs

TARIF DÉFICIENT VISUEL : 10 euros

TARIF ACCOMPAGNATEUR : 6 euros

RDV à 9h20 sur la ligne 9, à la station Pont de Sèvres au terminus, sur le quai en tête. Il faudra traverser le pont et marcher jusqu'à l'entrée de la Manufacture 2 Place de la Manufacture - 92310 Sèvres, soit 12 minutes environ.

THÉÂTRE DU CHÂTELET Concerts du dimanche matin "Je cherche les notes qui s'aiment" (Représentation SANS audiodescription)

Dimanche 22 novembre de 11h00 à 12h00 environ

Les Concerts du dimanche matin, proposés par le Théâtre du Châtelet, offrent un format hors des sentiers battus : une heure de musique, sans entracte, ponctuée par une introduction et une lecture où alternent poésie, littérature et philosophie. Le 22 novembre, la comédienne Fanny Ardant assure des lectures mêlant textes et musique de chambre de Wolfgang Amadeus Mozart.

6 déficients visuels et 6 accompagnateurs

TARIF DÉFICIENT VISUEL : 16 euros

TARIF ACCOMPAGNATEUR : 14 euros

RDV à 10h30 devant l'entrée du théâtre, Place du Châtelet, Paris 1^{er}.

Métro : Lignes 1, 4, 7, 11, 14 - station Châtelet

Bus : 21, 38, 47, 58, 67, 69, 70, 72, 74, 75, 76, 85, 96

RER A, B, D – station Châtelet-Les Halles

PHILHARMONIE DE PARIS BENJAMIN BRITTEN / WAR REQUIEM (répétition générale)

Mercredi 25 novembre à 20h00 – durée 1h30

Composé par Benjamin Britten pour la consécration de la cathédrale de Coventry en 1962, le *War Requiem* est une œuvre majeure du XX^e siècle qui associe l'ordinaire latin de la messe des morts aux poèmes de Wilfred Owen pour dénoncer la folie de la guerre. L'Orchestre de Paris, son chœur et la cheffe Marin Alsop interprètent cette fresque monumentale et spirituelle.

7 déficients visuels et 7 accompagnateurs
TARIF : GRATUIT

RDV à 19h15 sur le quai de la station Porte de Pantin, ligne 5 direction Bobigny-Pablo Picasso.
Bus 75 Porte de Pantin

Mois de Décembre

PHILHARMONIE DE PARIS SALONEN – BEETHOVEN – SIBELIUS (répétition générale)

Mercredi 02 décembre à 10h00 – durée 2h00 (avec entracte)

Autour du célèbre Concerto « Empereur » de Beethoven, le chef d'orchestre Klaus Mäkelä met à l'honneur ses origines finlandaises. Formé à l'Académie Sibelius d'Helsinki comme son compatriote Esa-Pekka Salonen, il dirige la courte pièce *Helix* de ce dernier. Le programme fait également la part belle à Sibelius avec la *Suite Lemminkäinen*, une œuvre symphonique poétique et picturale inspirée de l'épopée finnoise du *Kalevala*.

7 déficients visuels et 7 accompagnateurs
TARIF : GRATUIT

RDV à 09h15 sur le quai de la station Porte de Pantin, ligne 5 direction Bobigny-Pablo Picasso.
Bus 75 Porte de Pantin

HÔTEL GAILLARD LE JOYAU SECRET DE LA BANQUE DE FRANCE

Jeudi 03 décembre de 10h00 à 12h00 environ

Construit à la fin du XIXe siècle, ce joyau néo-Renaissance inspiré des châteaux de la Loire fut la demeure du banquier Émile Gaillard avant de devenir une succursale de la Banque de France en 1919, classée Monument Historique.

Derrière sa façade, il cache des volumes spectaculaires : un immense hall public sous verrière, son escalier majestueux et en sous-sol, une incroyable salle des coffres entourée de douves en eau et protégée par un plancher coulissant... Un vrai décor de cinéma ! Une visite guidée captivante vous permettra de pousser les portes de ce lieu secret et d'en décrypter tous les mystères.

7 déficients visuels et 7 accompagnateurs
TARIF : GRATUIT

RDV à 15h15 devant l'Hôtel Gaillard – 1 place du Général Catroux 75017 Paris
Métro : ligne 3 Malesherbes, ligne 2 Monceau
Bus : 20, 30, 93 Place du Général Catroux

BALADE AU COEUR DU PARIS HAUSSMANNIEN

Jeudi 10 Décembre de 14h30 à 17h00 environ

Sortie proposée par Éric LACROIX de l'association "Parisiens d'un jour – les Greeters".

Au cours de cette visite, nous découvrirons les innovations révolutionnaires que le Baron Haussmann et ses adjoints ont créé et qui demeurent encore aujourd'hui présentes dans notre grande ville.

7 déficients visuels et 7 accompagnateurs

TARIF : Gratuit

RDV à 14h15 devant la statue du Baron 133 rue de Laborde, à l'angle du Boulevard Haussmann, 75008 Paris.

Métro : Ligne 9, 13, Miromesnil

Bus : ligne 43, 84, Haussmann - Miromesnil

Fin de la balade devant les Galeries-Lafayette

CAFÉ LITTÉRAIRE

Lundi 14 Décembre de 14h30 à 16h15 environ

Marie-Hélène ROSSOW et Madeleine LACROIX proposent de se retrouver pour échanger autour du livre : 'Le Lion' de Joseph KESSEL.

Une histoire envoûtante tant par la magie du continent Africain que par le personnage d'une petite fille ayant le don de comprendre les animaux de toute la faune. Elle se liera d'amitié avec un lionceau rendu par la suite à la vie sauvage. Mais un drame éclatera qui bouleverse le destin de cette fillette

Un roman qui explore aussi les liens entre la nature et la civilisation.

8 déficients visuels et 4 accompagnateurs

TARIF : Gratuit

RDV à 14h15 à l'association 71 av de Breteuil 75015 Paris.

Métro : ligne 6, station Sèvres Lecourbe - lignes 10 et 13, station Duroc

APOLLO THÉÂTRE – « MES ADORÉES » UN SEUL-EN-SCÈNE AUTOBIOGRAPHIQUE D'UNE SINCÉRITÉ BOULEVERSANTE (Représentation SANS audiodescription)

Lundi 14 décembre à 19h30 (durée 1h15 suivie d'un temps d'échange avec le comédien Edouard Collin)

Derrière son image lisse, le jeune comédien Édouard Collin livre un vibrant hommage à ses deux grands-mères aux tempéraments opposés, l'une volcanique et marseillaise, l'autre bourgeoise et glaciale. Sans décor ni artifice, ce seul-en-scène universel et résilient jongle habilement entre rires, blessures intimes et tendresse absolue.

7 déficients visuels et 7 accompagnateurs
TARIF DÉFICIENT VISUEL : 12 euros
TARIF ACCOMPAGNATEUR : 8 euros

RDV à 19h00 devant l'Apollo Théâtre – 18 rue du Faubourg du Temple 75011
Métro : lignes 3, 5, 8, 9, 11 République
Bus : 20, 46, 56, 75, 91 République

MANUFACTURE NATIONALE DE SÈVRES VISITE TACTILE "DU BOUT DES DOIGTS" LES BISCUITS DE PORCELAINE

Mercredi 16 décembre de 10h00 à 11h30.

Une visite pour découvrir l'histoire de la manufacture de Sèvres, et les techniques de fabrication des biscuits de porcelaine : ces sculptures décoratives en porcelaine blanches et sans émail, qui font la renommée de la manufacture depuis le 18^e siècle. La visite s'appuie sur la lecture de planches tactiles en braille et la manipulation de matériaux.

5 déficients visuels et 5 accompagnateurs
TARIF DÉFICIENT VISUEL : 10 euros
TARIF ACCOMPAGNATEUR : 6 euros

RDV à 9h20 sur la ligne 9, à la station Pont de Sèvres au terminus, sur le quai en tête. Il faudra traverser le pont et marcher jusqu'à l'entrée de la Manufacture
2 Place de la Manufacture - 92310 Sèvres, soit 12 minutes environ.

OPÉRA BASTILLE – RITUELS TROIS GRANDS MAÎTRES DE LA DANSE RÉUNIS (Représentation AVEC audiodescription)

Dimanche 20 décembre de 14h30 à 17h00 environ (2h25 avec 2 entractes).

Sortie réalisée avec le soutien d'ODITY

Le spectacle *Rituels*, proposé par le Ballet de l'Opéra de Paris réunit trois visions chorégraphiques majeures à travers le temps. Cette création mêle le néoclassicisme de *Suite en blanc* de Serge Lifar, l'énergie physique du *Boléro* de Ravel par Shahar Binyamini et la pièce viscérale *Le Sacre du printemps* de Pina Bausch.

6 déficients visuels et 6 accompagnateurs
6 places en catégorie 5, tarif : 23 euros
6 places en catégorie 8, tarif : 9 euros

RDV à 13h45 devant l'Opéra Bastille au pied du grand escalier extérieur
Métro : lignes 1, 5, 8 Bastille
Bus : 29, 69, 76, 86, 87, 91 Bastille

PROGRAMME DES RANDONNÉES

Octobre – Novembre - Décembre 2026



RECOMMANDATIONS POUR LES RANDONNÉES :

- **être en bonne forme physique.**
- être vêtus confortablement selon la température et la météo, **bonnes chaussures de marche**
- vous munir de boisson. 1 litre pour les petites randonnées et plus pour les plus longues.
- emporter un encas pour les petites randonnées, un pique-nique pour les plus longues.

IMPORTANT :

Nous vous rappelons qu'en cas de randonnée en dehors de Paris, tous les non-voyants doivent être munis du pass navigo accompagnant permettant à leur guide de voyager gratuitement. En cas d'oubli, ils devront prendre un billet supplémentaire pour leur guide, si nécessaire.

PETITES RANDONNÉES 6-8 KM ENVIRON

S'inscrire auprès de Martine LECHAT au 0632086248 ou par courriel : ptrando.lesauxiliaires@gmail.com

Samedi 24 octobre

Annie BRION : Découverte de l'île Saint-Denis, la seule commune insulaire de la région parisienne. Randonnée facile de 6/7 km, sans dénivelé.

Rendez-vous à 13h45 sur le quai du RER C à la station Invalides, direction Pontoise/Saint-Quentin en Yvelines.

Retour vers 17h00 par la ligne 13, station Basilique Saint-Denis.

Samedi 21 novembre

Martine LECHAT : Départ Port de l'Arsenal en suivant les quais de Seine jusqu'à la Tour EIFFEL. Passage Pont de la Tournelles, Saint Michel, Pont Alexandre III en admirant les monuments : le Palais du Louvre, le Musée d'ORSAY, l'Assemblée Nationale. Randonnée facile de 6/7 km.

Rendez-vous à 14h00 sur le quai de la ligne 1 à la station Bastille, direction Château de Vincennes, en tête.

Retour vers 17h00 par la station Bir-Hakeim, sur la ligne 6.

Samedi 5 décembre

Annie BRION : Balade urbaine à La Défense. Randonnée facile de 6/7 km.

Rendez-vous à 14h00 sur la ligne 1, station La Défense Grande-Arche en tête.

Retour vers 17h00 par la station Pont de Neuilly, sur la ligne 1.

MOYENNES RANDONNÉES 10-12 KM ENVIRON

S'inscrire auprès de Martine LECHAT au 0632086248 ou par courriel :
pmrando.lesauxiliaires@gmail.com
Ne pas oublier votre pique-nique.

Mercredi 21 octobre

François MACHEREY : Boucle de 10 km au départ de la gare de Meaux vers le parc du Pâtis, le plus grand parc naturel urbain d'Ile de France.

Rendez-vous à la Gare de l'Est devant les portillons des trains de banlieue (ligne P).
L'horaire sera communiqué ultérieurement.

Mercredi 4 novembre

François MACHEREY : Boucle de 10 km au départ de la gare de Bussy Saint-Georges vers l'Esplanade des religions, notamment le nouveau temple 'Indian Mandir'.

Rendez-vous à la station Nation sur le RER A, direction Marne-La-Vallée. L'horaire sera communiqué ultérieurement.

Mercredi 16 décembre

Denis CREPINEAU-JUILLARD : Boucle de 12,5 km au départ du Château de Saint-Germain-en-Laye. Chemins forestiers et sentiers de sous-bois avec un passage par la Mare aux Canes. Rendez-vous à **09h30 à la station Charles de Gaulle – Étoile** (Ligne 1, en tête de quai, direction La Défense) pour prendre le RER A en direction du terminus.

GRANDES RANDONNEES 15-20 KM ENVIRON

S'inscrire auprès d'Annie BRION au 0645020952 ou par courriel :
rando.lesauxiliaires@gmail.com

Dimanche 4 Octobre

Emmanuel LARGER : Promenade dans les vignes de Champagne et le long des boucles de la Marne. Environ 15 km de marche, 100 m de dénivelé. Pas de difficulté. Nombreux noyers, prévoir casse-noix ou sacs.

Rendez-vous à 8h30 Gare de l'Est, devant les portillons des trains de banlieue, ligne P en direction de Château-Thierry. Départ du train à 8h49, arrivée à Nanteuil-Saâcy à 9h38.

Retour depuis la gare de Nanteuil-Saâcy, train toutes les heures.

Dimanche 11 Octobre

Denis CREPINEAU-JUILLARD : Randonnée de 19,5 km en forêt de Versailles et étangs de la Minière. Niveau : Facile

Cette randonnée vous mènera à travers la forêt, les étangs de la Minière et le sentier de l'Aqueduc de Buc, pour un retour depuis la gare de Versailles Chantiers.
Rendez-vous à **08h30 à la station Invalides** (Ligne 8, en queue de quai, direction Balard) afin de prendre ensemble le RER C.

Dimanche 18 octobre

François MACHEREY : 21 km en ligne à partir de Lizy-sur-Ourcq (difficile avec dénivelé de 200m)

Rendez-vous à la Gare de l'Est devant les portillons des trains de banlieue (ligne P), direction Meaux - La Ferté Milon. L'horaire sera communiqué ultérieurement.

Dimanche 8 novembre

Emmanuel LARGER : Promenade à Montigny-sur-Loing en forêt de Fontainebleau et le long du Loing, 18 km. Espace naturel sensible de la plaine de Sorques avec deux stations ornithologiques.

Rendez-vous à 7h45 Gare de Lyon, dans le hall 1, devant le restaurant Le Train Bleu pour prendre la ligne R. Départ du train à 8h11. Horaire à confirmer ou à décaler.

Dimanche 15 novembre

François MACHEREY : Randonnée de 19 km d'Emerainville à Gretz-Armainvilliers, passage par les forêts de Ferrières et d'Armainvilliers.

Rendez-vous à la station Magenta-Gare du Nord sur le quai du RER E, direction Tournan, en milieu de quai. L'horaire sera communiqué ultérieurement.

Dimanche 06 décembre

Denis CREPINEAU-JUILLARD : Randonnée de 19,5 km en suivant la Bièvre
Niveau : Facile

Départ de la gare de Saint-Quentin-en-Yvelines. Randonnée nature : haute vallée de la Bièvre, forêt domaniale de Versailles. Arrivée à la gare d'Igny.

Rendez-vous à 9h00 à la Gare Montparnasse dans le hall 4 niveau 0, devant les guichets Ile-de-France (ligne N).

Dimanche 13 décembre

Antoine SMITH : Boucle en forêt de Montmorency, 18 km, au départ de la gare de Taverny.

Rendez-vous Gare du Nord à 9h10, devant les quais de la ligne H (voie 30-35). Départ du train à 9h26, direction Persan-Beaumont.

Dimanche 20 décembre

François MACHEREY : Boucle de 15 km en vallée du Grand Morin au départ de Guérard, difficile avec dénivelé de 250 m. Sous réserve de travaux et de la météo.

Rendez-vous à la Gare de l'Est devant les portillons des trains de banlieue, ligne P direction Coulommiers. L'horaire sera communiqué ultérieurement.