

Nos randonnées sont réservées à nos adhérents (adhésion annuelle 36 €)
Prévoir chaussures de marche, petit sac à dos, pique-nique, collation, eau.

*Avant chaque randonnée, merci de signaler votre participation à un des deux animateurs
et de vérifier les horaires de train (auprès des animateurs ou sur notre blog)*

Dimanche 15 janvier "de l'Ecole au lac"

Rendez-vous Métro Maisons-Alfort Ecole Vétérinaire à **10 h**
Retour Métro Créteil Pointe du Lac vers **17 h**
Niveau Facile, randonnée en ligne, environ 10/11 kms
Animatrices Pascale (06.70.12.15.67) et Danielle (06.61.34.35.43)

Samedi 21 Janvier " l'Ouest de Paris "

Rendez-vous Métro Porte d'Auteuil à **14 h**
Retour Métro Pereire ou Porte Champerret vers **17 h**
Niveau Facile, randonnée en ligne, environ 6/7 kms
Animatrices Marie-Odile (06.42.60.72.52) et Bernadette (06.09.70.67.05)

Dimanche 12 février " Bords de Marne, bois de Vincennes et lac des minimes "

Rendez-vous Métro Maisons-Alfort Ecole Vétérinaire à **9 h 30**
Retour Métro Porte Dorée à **17 h**
Niveau Facile, randonnée en ligne, environ 13/14 kms
Animatrices Pascale (06.70.12.15.67) et Danielle (06.61.34.35.43)

Dimanche 5 mars " Parcours de l'eau du Stade de France au Jardin des Plantes "

Rendez-vous Métro Saint-Denis Porte de Paris (Ligne 13 -Sortie n°1) à **10 h**
Retour Gare d'Austerlitz vers **16 h 30**
Niveau Facile, randonnée en ligne, environ 13 kms
Animatrice Jeannette (06.87.70.37.68)

Samedi 18 mars " en route vers le Salon de la Randonnée "

Rendez-vous Métro Luxembourg à **10 h** (Pique-nique à prévoir)
Retour Métro Porte de Versailles (salon de la randonnée)
Niveau Facile, randonnée en ligne, environ 5/6 kms
Animatrices Marie-Odile (06.42.60.72.52) et Pascale (06.70.12.15.67)

Dimanche 26 mars " la Vallée aux Loups "

Rendez-vous Gare d'Antony (RER B) à **9 h 30**
Retour Gare de Bourg-la-Reine(RER B) vers **17 h**
Niveau Facile, randonnée en ligne, environ 14 kms
Animatrices Pascale de T. (06.27.72.28.66) et Marie-Odile (06.42.60.72.52)

Programme Ile de France

2ème trimestre 2017

-  **Dimanche 9 avril " Parc de Saint-Cloud et forêt "**
- Rendez-vous Gare de Saint-Cloud (Gare Saint Lazare) à **9 h 30**
Retour Gare de Chaville rive droite vers **17 h**
Niveau Facile, randonnée en ligne, environ 16,5 kms
Animatrices Elise (06.27.39.49.40) et Marie-Josée (06.12.10.13.68)
-  **Samedi 22 avril " Sentiers nature du 12ème "**
- Rendez-vous Métro Daumesnil à **14 h**
Retour Métro Picpus vers **17 h**
Niveau facile , randonnée en ligne, environ 6km
Animateurs Pascale (06.70.12.15.67) et Anne (06.82.43.08.87)
-  **Samedi 6 mai " Découverte du Parc de la Cité Universitaire "**
- Rendez-vous Denfert-Rochereau (devant la gare du RER) à **14 h**
Retour Cité Universitaire (RER ou Tram) vers **17 h**
Niveau Facile, randonnée en ligne, environ 5/6 kms
Animateurs Philippe (01.43.76.98.47/06.78.09.05.81) et Anne (06.82.43.08.87)
-  **dimanche 7 mai " De forêt en forêt "**
- Rendez-vous Gare de Saint-Nom-la-Bretèche (gare Saint-Lazare) à **9 h 30**
Retour Gare de Saint-Germain-en-Laye (RER A) vers **17 h 30**
Niveau Facile, randonnée en ligne, environ 20 kms
Animatrice Elise (06.27.39.49.40)
-  **Dimanche 11 juin " Les rigoles "**
- Rendez-vous Gare de Le Perray-en-Yvelines à **10 h 30** (Gare Montparnasse)
Retour Gare de Rambouillet vers **17 h 30**
Niveau Moyen, randonnée en ligne, environ 20 kms
Animatrices Elise (06.27.39.49.40) et Marie-Claude (01.64.58.72.89/06.19.88.47.16)
-  **Dimanche 25 juin " Source de la Bièvre "**
- Rendez-vous Gare de Bièvres (RER C Austerlitz) à **9 h 45**
Retour Gare de Sain-Cyr-l'Ecole (RER C) vers **17 h**
Niveau Moyen, randonnée en ligne, environ 18 kms
Animateurs Jean-Claude (06.75.04.84.10) et Marie-Claude (01.64.58.72.89/06.19.88.47.16)

Pour toute information supplémentaire, vous pouvez nous contacter au 01.48.93.24.73/06.61.34.35.43
par mail : randonnee.diabete@free.fr ou rendez-vous sur notre blog : www.randonneediabete.canalblog.com

Randonnée & Diabète fait partie de la FFRP.

Siret 448 232 843 00012 -APE 9312 Z