

Les randonnées sont réservées à nos adhérents (adhésion annuelle 38 €)  
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 7 janvier " Le château de la Madeleine "**

Rendez-vous Gare de Saint-Rémy-les-Chevreuse (RER B) à **10 h**  
Retour Gare de Saint-Rémy-les-Chevreuse vers **17 h**  
Niveau Facile, randonnée en boucle, environ 15 kms  
Animateurs Mathilde et Michel (07.61.79.10.45)

## **Samedi 13 Janvier " Le 7ème du 18ème à nos jours "**

Rendez-vous Métro Cambronne à **14 h**  
Retour RER B Luxembourg vers **17 h**  
Niveau Facile, randonnée en ligne, environ 5/6 kms  
Animatrices Marie-Odile (06.42.60.72.52) et Brigitte (06.14.38.42.05)

## **Dimanche 11 février " du Lac à la Plage "**

Rendez-vous Métro Créteil Pointe du Lac à **10 h**  
Retour Métro Créteil Pointe du Lac vers **17 h**  
Niveau Facile, randonnée en boucle, environ 12 kms  
Animatrices Pascale (06.70.12.15.67) et Danielle (06.61.34.35.43)

## **Samedi 24 février "Cachan et ses aqueducs "**

Rendez-vous RER B station Bagneux à **13 h 30**  
Retour RER B station Bagneux vers **17 h**  
Niveau Facile, randonnée en boucle, environ 7,5 kms  
Animatrices Pascale (06.70.12.15.67) et Isabelle (06.88.86.15.17)

## **Dimanche 11 mars " Forêt de Marly "**

Rendez-vous Gare de Saint-Nom-la-Bretèche (gare Saint-Lazare) à **9 h 30**  
Retour Gare de Saint-Nom-la-Bretèche vers **17h**  
Niveau Difficile, randonnée en boucle, environ 20 kms  
Animatrice Elise (06.27.39.49.40)

## **Samedi 24 mars " Randonnée rallye "**

Rendez-vous Métro "Filles du calvaire" à **10 h**  
Retour Métro "Cité" vers **13 h, pique nique pour ceux qui le désirent**  
Niveau Facile, randonnée en ligne, environ 5/6 kms  
Animatrices Anne (06.82.43.08.87) et Danielle (06.61.34.35.43)

## Programme Ile de France

2ème trimestre 2018

### **Dimanche 8 avril " la Maison de Jean Monet "**

Rendez-vous Gare de Montfort-l'Amaury (gare Montparnasse) à **9 h 30**  
 Retour Gare de Montfort-l'Amaury vers **17 h**  
 Niveau Facile, randonnée en boucle, environ 15 kms  
 animateurs Mathilde et Michel (07.61.79.10.45)

### **Samedi 21 avril " Base de loisirs de Choisy-le-Roi "**

Rendez-vous Gare de Créteil Pompadour (RER D) à **14 h** (ou TVM ou bus 393)  
 Retour Gare de Créteil Pompadour vers **17 h** (ou TVM ou bus 393)  
 Niveau facile, randonnée en boucle, environ 7 kms  
 Animatrices Pascale (06.70.12.15.67) et Marie-Odile (06.42.60.72.52)

### **Samedi 19 mai " De la Tour à Bercy "**

Rendez-vous Métro Pont Neuf à **14 h**  
 Retour Métro Bercy vers **17 h**  
 Niveau Facile, randonnée en ligne, environ 6 kms  
 animateurs Anne (06.82.43.08.87) et Danielle (06.61.34.35.43)

### **Dimanche 27 mai " Parcours de l'Orge "**

Rendez-vous Gare de Breuillet Bruyères le Châtel (RER C dir. Dourdan) à **9 h 30**  
 Retour Gare de Ste Geneviève des Bois (RER C) vers **17 h**  
 Niveau Moyen, randonnée en ligne, environ 17 kms  
 Animatrices Jeannette (06.87.70.37.68) et Marie-Claude (01.64.58.72.89/06.19.88.47.16)

### **Dimanche 3 ou dimanche 10 juin " Randonnée & diabète fête ses 30 ans "**

Nous vous proposerons un repas sur une péniche et peut-être une croisière  
 Retour Nous sommes en attente de devis  
 animateurs Pierre Lévy ( 07 86 43 29 35) et Danielle Piers (06 61 34 35 43)

### **Dimanche 24 juin " de Lacs en Lacs "**

Rendez-vous Gare des Essarts-le-Roi (Montparnasse) à **9 h 30**  
 Retour Gare de Rambouillet vers **17 h**  
 Niveau Facile, randonnée en ligne, environ 20 kms  
 Animatrice Elise (06.27.39.49.40)

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](mailto:randonnee.diabete@free.fr) ou rendez-vous sur notre blog : [www.randonneediabete.canalblog.com](http://www.randonneediabete.canalblog.com)

***Randonnée & Diabète fait partie de la FFRP.***

Siret 448 232 843 00012 -APE 9312 Z











