



Tous les **mardis**, une sortie en **randonnée pédestre**.

Tous les **mercredis** matin, une séance de **Marche Nordique** (≠ 2 heures)

Tous les **jeudis**, une sortie en **randonnée pédestre**.

Tous les **samedis** matin, une séance de **Marche Nordique** (≠ 2 heures)

Tous les **dimanches**, une sortie en **randonnée pédestre**.

15 animatrices ou animateurs bénévoles vous permettront de découvrir les sentiers de Seine et Marne, de l'Île de France ou d'ailleurs.

Laissez-vous tenter, la première sortie vous est offerte

3 animateurs bénévoles et brevetés vous initieront à la pratique de
la **Marche Nordique**

Laissez-vous tenter, la première séance vous est offerte

Site internet : <https://www.trottesentiers77.fr/>
Courriel : trotte-sentiers77@sfr.fr - Contact : 06 23 10 33 04
Trotte Sentiers 77 est affiliée à la FFRandonnée

Les randonnées de Septembre 2019

Attention il est important de s'inscrire auprès de l'animateur de la sortie la veille avant 19h ou en fonction des dispositions précisées dans le programme

		Heure et Point de Rendez vous	Covoiturage
Florence 06 12 23 05 67	Dimanche 01 sept. - Les moulins de l'Ecole – 21 km – Départ de la rando St. Germain sur Ecole (95)	Parking des Ifs à 9h00	130 km – 6 €
Christiane 06 65 79 83 26	Mardi 03 sept. - la Pierre aux Fées – 19 km Départ de la rando La Ferté Gaucher (77)	Parking des Ifs à 8h30	110 km – 4 €
Marc 06 65 26 11 34	Jeu di 5 sept. - Le camp César – 19 km Départ de la rando Chantilly (60)	Parking des Ifs à 9h00	60 km – 3€
Samedi 7 septembre – Forum de rentrée à Thorigny sur Marne à partir de 10 heures. Au gymnase du Moulin à vent. Rejoignez Trotte Sentiers 77 en adhérant dès maintenant.			
Montant de la cotisation pour la saison 2019/2020 : 40 € licence FFrandonnée comprise			
Marylène 06 09 70 21 12	Dimanche 8 sept. – En vallée de la Gondoire – 7 km - Départ de la rando Château de Rentilly	Parking des Ifs à 10 h00	20 km – 1 €
Patrick 06 23 10 33 04	Dimanche 8 sept. - Après midi Pédestre – 13 km Départ de la rando St. Thibault des Vignes (77)	Parking rue René Cassin à St. Thibault des Vignes à 13 h.	
Dany 06 07 80 87 00	Mardi 10 sept. - Rando du vieux Paris – NF -15 km – Visite de la Mosquée de Paris	Rdv Gare de Thorigny à 8h 45	
Patrick 06 23 10 33 04	Jeu di 12 sept. - Vaires Thorigny – NM+ - 22 km	Rdv Gare de Thorigny à 8h 45	
Catherine H. 06 12 62 41 76	Jeu di 12 sept. - Rando Cool – 8 km. Le parcours et le point de RDV vous seront précisé lors de votre appel pour votre participation. RDV à 14 heures		
Marylène 06 09 70 21 12	Dimanche 15 sept. - A partir du joli village – 19 km - Départ de la rando Crécy la Chapelle (77)	Parking des Ifs à 9h00	45 km – 2 €
TS 77	Du 15 au 21 sept. - Séjour les lacs Italiens avec Sud Evasion – Inscriptions closes		
Gérard B. 06 01 78 25 36	Mardi 17 sept. - Entre Auxence et Voulzie – 19 km - Départ de la rando Ormes surVoulzie (77)	Parking des Ifs à 9h00	140 km – 6 €
Marc 06 65 26 11 34	Jeu di 19 sept. - Forêt de Rougeaut – 20 km Départ de la rando Nangis (77)	Parking des Ifs à 9h00	110 km – 4 €
Marylène 06 09 70 21 12	Dimanche 22 sept. - En forêt de Ferrières - 19 km Départ de la rando Ferrieres (77)	Parking des Ifs à 9h00	30 km – 1 €
Christiane 06 65 79 83 26	Mardi 24 sept. - le plateau de Bassevelle – 19 km Départ de la rando Bassevelle (77)	Parking des Ifs à 9h00	110 km – 4 €
Marc 06 65 26 11 34	Jeu di 26 sept. - la Forêt de retz à l'Automne – 21 km - Départ de la rando Coyolles (02)	Parking des Ifs à 9h00	130 km – 6 €
Florence 06 12 23 05 67	Dimanche 29 sept. – La cote 204 – 19 km Départ de la rando Château-Thierry (02)	Parking des Ifs à 9h00	130 km – 6 €

Marche nordique avec Gérard, Daniel ou Patrick

Tous les mercredis et samedis matin pour une séance d'environ 2 heures à partir de 9 heures

Contact : Gérard 06 68 46 84 99, Daniel 06 99 50 50 14, Patrick 06 23 10 33 04

Les randonnées d'Octobre 2019

Attention il est important de s'inscrire auprès de l'animateur de la sortie la veille avant 19h ou en fonction des dispositions précisées dans le programme.

		Heure et Point de Rendez vous	Covoiturage
Martine 06 84 30 27 25	Mardi 01 oct. Au cœur et autour de la Défense - 13 km - Départ de la rando Grande Arche de la Défense – En fin de rando « Panorama sur le toit de la Grande Arche » – participation 12 €	Rdv Gare de Thorigny à 8h 15	
TS 77	Du 3 au 7 oct. - Les Automnales avec Jura Tourisme – Inscriptions closes	7 participants	
Jean Marc 06 82 34 35 50	Dimanche 6 oct. – Marché Rural de Carnetin – 10 km - Départ de rando Mairie de Carnetin (77)	Devant la mairie de Carnetin à 9h.30	
Christine 06 22 60 39 43	Dimanche 6 oct. – Marché Rural de Carnetin – 10 km - Départ de rando Mairie de Carnetin (77)	Devant la mairie de Carnetin à 13h.30	
Catherine C. 06 78 37 42 10	Mardi 08 oct. – Amillis Pisseloup – 19 km Départ de la rando Amillis (77)	Parking des Ifs à 9h00	85 km – 3 €
Dany 06 07 80 87 00	Jeudi 10 oct. - Paris en suivant les salles de spectacles – NF -10 km. Visite de l'Opéra Bastille	Rdv Gare de Thorigny à 8h45.	
Christiane 06 65 79 83 26	Dimanche 13 oct. - la Butte de Doué – 20 km Départ de la rando Boissy le Chatel (77)	Parking des Ifs à 9h00	80 km – 3 €
Gérard B. 06 01 78 25 36	Mardi 15 oct. - Mont Bonneil et le vignoble champenois – 19 km – Départ de la rando Azy(02)	Parking des Ifs à 9h00	140 km – 6 €
Christiane 06 65 79 83 26	Jeudi 17 oct. - Entre ciel et vignes – 20 km – Départ de la rando Charly sur Marne (02)	Parking des Ifs à 9h00	110 km – 4 €
Christine 06 22 60 39 43	Jeudi 17 oct. - Rando Cool – 8 km. Le parcours et le point de RDV vous seront précisé lors de votre appel pour votre participation. RDV à 14 heures		
Marylène 06 09 70 21 12	Dimanche 20 oct. – Coupvray – 8 km Départ de la rando Musée L. Braille à Coupvray	Parking des Ifs à 10 h00	20 km – 1 €
Patrick 06 23 10 33 04	Dimanche 20 oct. - Après midi Pédestre – 13 km Départ de la rando Coupvray (77)	Parking Louis Braille à Coupvray à 13 h.	
Catherine H. 06 12 62 41 76	Mardi 22 oct. - Guérard – Genevray – 14 km Départ de la rando Guérard (77)	Parking des Ifs à 10 h00	60 km – 2 €
Dany 06 07 80 87 00	Jeudi 24 oct. - Rando Cool – 8 km. Le parcours et le point de RDV vous seront précisé lors de votre appel pour votre participation. RDV à 14 heures		
Catherine H. 06 12 62 41 76	Dimanche 27 oct. - Au confluent du Grand Morin -15 km - Départ de la rando St Germain sur Morin	Parking des Ifs à 10 h00	30 km – 1 €
Marylène 06 09 70 21 12	Mardi 29 oct. - les fiefs de Crouy – 19 km Départ de la rando Crouy sur Ourcq (77)	Parking des Ifs à 9h00	100 km – 3 €
Christiane 06 65 79 83 26	Jeudi 31 oct. - Panorama sur l'Ourcq – 18 km Départ de la rando May en Multien (77)	Parking des Ifs à 9h00	80 km – 3 €
Jean Marc 06 82 34 35 50	Dimanche 3 nov. - Sur les pas de Van Gogh – 22 km -Départ de la rando Auvers sur Oise (95)	Parking des Ifs à 8h 30	130 km – 6 €

Marche nordique avec Gérard, Daniel ou Patrick

Tous les mercredis et samedis matin pour une séance d'environ 2 heures à partir de 9 heures

Contact : Gérard 06 68 46 84 99, Daniel 06 99 50 50 14, Patrick 06 23 10 33 04

Président :	Patrick AILLOUX	☎ 01.60.07.15.45
Vice-présidente :	Catherine HOUDART	☎ 01.64.30.18.78
Secrétaire :	Dany BECCAVIN	☎ 06.07 80 87 00
Site Internet :	Gérard LAURENT	☎ 06.68.46.84.99
Trésorière :	Agnès JAQUET	☎ 06 09 13 24 75
Trésorière adjointe :	Rose BULGHERONI	☎ 01 60 07 30 82

La cotisation 2019/2020

Cotisation à **TROTTE SENTIERS 77** :
 40 euros pour un individuel.
 L'adhésion comprend la licence (IRA ou FRA) FFRandonnée.
 25 euros en individuel sur présentation d'une carte FFRandonnée 2019/2020
 5 euros abonnement au programme des sorties en version papier remis par la poste
 8 euros abonnement à Passion magazine 6 numéros annuels
 Obligation de fournir un certificat médical spécifiant votre aptitude à la pratique de la randonnée pédestre.
 Participation aux randos pour les non - adhérents 5€

Les niveaux de vos randos

NF : Facile Allure modérée sur terrain non accidenté
 Distance des randonnées inférieure à 15 km
 NM : Moyen Allure normale sur sentiers
 Distance des randonnées entre 15 et 20 km
 NS : Soutenu Allure soutenue possibilité de terrain accidenté
 Distance supérieure à 20 km

Nos Points de rendez-vous pour les trajets d'approche

Par train : RDV en gare de Lagny - Thorigny devant les guichets 1/2 heure avant le départ du train.
Par covoiturage : RDV à Thorigny au parking allée des Ifs (proche du parc des Samoreaux).
Les inscriptions préalables sont obligatoires auprès de l'animateur afin d'organiser le transport en voiture et d'assurer le bon déroulement de la randonnée.

TROTTE SENTIERS 77



Une équipe d'animateurs de randonnées et de marche nordique constituée de bénévoles dynamiques et passionnés, qui vous proposent un programme dense et varié.

les chemins, une richesse partagée