



RANDOS LISSOISES

2, rue Thirouin - 91090 LISSES - Tél : 06.27.91.24.01

Rendez vous au Parking de la salle des fêtes Gérard Philipe **10 minutes avant le départ**

Le trajet sera indiqué par l'animateur responsable de la rando du jour.

Cotation : F (Facile), AF (Assez Facile), PD (Peu Difficile), AD (Assez Difficile), D (Difficile)

MOIS D'AOUT 2022

Mardi 02 août

- * Départ 13H30 22 AD Fontainebleau - le Bois Rond (12km - 4H dénivelé : 400m). Animateur responsable : Roger MONTIGNY. Covoiturage : 2,50€/pers.
- *Départ 09H00 199 AD Fontainebleau - du Mont Aigu Aux Demoiselles (19km - 4H30 dénivelé : 390m). Animateur responsable : Wilfrid BOSHOUWERS. Covoiturage : 3€/pers.

Dimanche 07 août

- *Départ 09H00 140 AD Beauvais - Saint Sauveur par la Vallée de l'Ecole (20km - 5H30 dénivelé : 210m). Animateur responsable : Francine DUBOIS. Covoiturage : 1,50€/pers.

Mardi 09 août

- * Départ 13H30 160 F Vallée de l'Ecole (13km - 3H30 dénivelé : 150m). Animateur responsable : Wilfrid BOSHOUWERS. Covoiturage : 1,50€/pers.
- *Départ 09H00 87 AD Farcheville (23km - 6H30 dénivelé : 280m). Animateur responsable : Francine DUBOIS. Covoiturage : 2€/pers.

Dimanche 14 août

- *Départ 09H00 284 PD Boissise Le Roi (19km - 5H dénivelé : 170m). Animateur responsable : Martial AMADOUX. Covoiturage : 1€/pers.

Mardi 16 août

- * Départ 13H30 F Cesson la Forêt (11km - 3H dénivelé : 40m). Animateur responsable : Olivier QUENTIER. Covoiturage : 1,50€/pers.
- *Départ 09H00 219 AD Chevreuse par le Château de Dampierre (17km - 4H30 dénivelé : 420m). Animateur responsable : Martial AMADOUX. Covoiturage : 3,50€/pers.

Vendredi 19 août

- Départ 18H00 **SPECIALE "RANDONNEE DE NUIT" avec inscription auprès d'Olivier pour l'organisation.**
Barbizon (8+5km). Animateur responsable : Olivier QUENTIER. Covoiturage : 2€/pers. Adresse mail : quentier@free.fr

Dimanche 21 août

- * Départ 13H30 9-2 F Sénart - Champrosay par les bords de Seine (13km - 3H30 dénivelé : 70m). Animateur responsable : Michel GELU. Covoiturage : 1€/pers.

Mardi 23 août

- * Départ 13H30 172 PD Chamarande - Lardy Plateau Sud Essonne (12km - 3H30 dénivelé : 340m). Animateur responsable : Wilfrid BOSHOUWERS. Covoiturage : 1,50€/pers.
- *Départ 09H00 125-1 AD Boissy Aux Cailles (20km - 5H30 dénivelé : 250m). Animateur responsable : Roger MONTIGNY. Covoiturage : 3€/pers.

Dimanche 28 août

- * Départ 13H30 F Epinay Sur Orge - Parc des Templiers (12km - 4H dénivelé : 90m). Animateur responsable : Martial AMADOUX. Covoiturage : 1,50€/pers.
- *Départ 09H00 126 AD Lardy - circuit (21km - 6H dénivelé : 300m). Animateur responsable : Olivier QUENTIER. Covoiturage : 1,50€/pers.

Mardi 30 août

- *Départ 09H00 192 PD Sénart - Bois Chardon (19km - 5H dénivelé : 100m). Animateur responsable : Michel GELU. Covoiturage : 1€/pers.