

BALISES 92 - N°58 - DÉCEMBRE 2019

Joyeuses Fêtes et Meilleurs Vœux 2020



Le Comité Départemental de la Randonnée Pédestre des Hauts-de-Seine vous souhaite de belles fêtes & une excellente année 2020.

Que la randonnée vous apporte joie, évasion et partage !

*Jean-Michel Grossard,
Président FFRandonnée Hauts-de-Seine*



AGENDA 2020 : Quelques dates à retenir !

- > **Samedi 22 février 2020** : Assemblée Générale du FFRandonnée Hauts-de-Seine
- > **Mardi 10 mars 2020** : Assemblée Générale FFRandonnée Île-de-France
- > **Du 12 au 15 mars 2020** : Salon Destination Nature à la Porte de Versailles
- > **Samedi 21 mars 2020** : Journée des présidents à Issy-les-Moulineaux
- > **Samedi 28 mars 2020** : Assemblée Générale de la FFRandonnée
- > **Du 29 mars au 5 avril 2020** : Semaine Rando Santé
- > **Dimanche 5 avril 2020** : L'Antonienne
- > **Dimanche 19 avril 2020** : Rando Challenge Régional à Beynes (Yvelines - 78)
- > **Samedi 19 septembre 2020** : La Bossapas
- > **Samedi 24 octobre 2020** : Journée des animateurs

Agenda des événements

FORMATIONS 2020 : Initiation et/ou perfectionnement cartographie et orientation

Vous aimez randonner et vous souhaitez développer vos compétences !? Le Comité vous propose de nouvelles dates de formations en début d'année 2020, pour les stages :

> INITIATION à la cartographie et à l'orientation à Antony (92), au choix :

- samedi 11 janvier 2020
- dimanche 31 janvier 2020

Ce stage permet d'acquérir des connaissances sur la lecture de carte et l'orientation en randonnée. >> [inscription ici](#)

> PERFECTIONNEMENT cartographie et orientation en forêt de Marly (78), au choix :

- vendredi 14 février 2020
- samedi 15 février 2020

Ce stage permet d'acquérir des connaissances sur l'analyse des itinéraires et les outils numériques d'orientation. >> [inscription ici](#)

Plus d'infos



ÉVÉNEMENT : L'Antonienne Dimanche 5 avril 2020

L'AVF Antony avec le soutien de ses partenaires dont le Comité Départemental de la Randonnée Pédestre des Hauts-de-Seine, organise le **dimanche 5 avril 2020 à Antony, une manifestation pédestre multi-activités ouverte à toutes et à tous : l'Antonienne !**

Ces randonnées partent du Parc Heller (à proximité du château Saran). Plusieurs parcours sont proposés à la découverte des espaces verts d'Antony et ses alentours.

Au choix entre trois parcours de 13 km, 20 km ou 30 km, les randonneurs partiront (accompagnés ou en circuit libre) à la découverte de la Coulée Verte, des Bois de Verrières et de Meudon, du Parc Henri Sellier, de Sceaux, du Parc de la Vallée aux Loups, et de l'Arboretum de Chatenay-Malabry.

Deux séances et deux initiations à la marche nordique et au Bungy-Pump sont également au rendez-vous.

ÉVÉNEMENT : La Bossapas ! Samedi 19 septembre 2020

La rando sportive des Hauts-de-Seine : la Bossapas® sera de retour pour sa 13ème édition !

Véritable challenge en pleine nature ouvert à tous les randonneurs et aux sportifs, la Bossapas® est une **randonnée pédestre de 35 km** avec 1200 mètres de dénivelé positif **ou 25 km** avec 800 mètres de dénivelé. Un parcours **Marche Nordique de 10 km** est proposé aux adeptes de cette discipline.

A l'aide d'une carte, remise au départ, ces parcours vous font découvrir les forêts de Fausses-Reposes, Meudon et Clamart.

Seul, en famille ou entre amis, aucune crainte de se perdre, les **parcours sont fléchés**. Aux points de contrôle les bénévoles vous attendent pour un petit **rafraîchissement et des en-cas**. Toutefois, pensez à prendre un pique-nique, de l'eau et de

Programme :

08h30 : Départs randonnée 30 km circuit libre (parcours balisé et carte IGN fournie).

09h30 : Départs randonnée 20 km, au choix circuit accompagné ou libre (parcours balisé et carte IGN fournie)

10h00 : Séance marche nordique 10 km

11h00 : Initiation marche nordique et Bungy-Pump (prêt de bâtons possible)

12h-13h : animation musicale bretonne, groupe "Dalc'h Mat"

13h00 : Départ randonnée 13 km accompagnée

14h00 : Séance marche nordique 10 km

15h00 : Initiation marche nordique et Bungy-Pump (prêt de bâtons possible)

16h30 : Concert de Jazz avec le Jazz Band d'Antony

RdV une demi-heure avant le départ des randos. Des points de ravitaillement sont prévus au Parc Heller et pendant le parcours.

Plus d'infos et inscriptions



VIE DES CLUBS : Le Foyer Esquimaux

Le Foyer Esquimaux poursuit son tour de l'Île-de-France de gare en gare par le GR®1.

Jeudi 24 et vendredi 25 octobre 2019, dix Esquimaux ont bouclé la 14ème étape du tour de l'Île-de-France. Cette randonnée itinérante de 36 km, partant de la gare de Melun et finissant à la gare de Verneuil l'Étang, s'est déroulée sur 2 jours avec une étape dans un hôtel à Le Mée-sur-Seine pour le plaisir de se retrouver ensemble. Le trajet vers l'hôtel s'est fait par 3 taxis après avoir visité le château de Blandy.

Sur ce parcours, les randonneurs ont pu découvrir l'église Notre-Dame, le Pont de Maincy qui a fait l'objet d'une peinture de Paul Cézanne, la collégiale de Champeaux, de nombreux moulins, le château de Vaux-le-Vicomte, la chapelle de Notre-Dame de Roiblay, entre autres merveilles architecturales.

C'est déjà le troisième week-end de randonnée en itinérance sur le parcours du GR®1 que réalisent les randonneurs du Foyer Esquimaux. Ces derniers ont déjà parcouru près de 500 km du sentier GR®1 pour découvrir l'Île-de-France avec un autre regard.

bonnes chaussures. A votre retour sur le village, des étirements vous seront proposés. Vous retrouverez bien sûr les traditionnels stands d'information et les ventes associatives.

Les départs s'effectuent face à la gare de Chaville Rive Droite, entre 7h30 et 8h30 (derniers départs à 8h30) pour le 35 km ou 25 km, et entre 9h30 et 10h30 pour la marche nordique.

Transports : Train ligne L Gare St Lazare et Gare de Versailles RD. Train ligne U La Défense et La Verrière. Bus 171 Pont de Sèvres et Château de Versailles. Stationnements très limités pour les véhicules. Il est conseillé de privilégier les transports en commun ou le covoiturage via cette [plateforme en ligne](#) : > [COVOITURAGE](#)

Tarifs : Pour les [inscriptions en ligne](#) > [ICI](#) :

- 7€ pour les licenciés FFRP (sur présentation de la licence)
- 14€ pour les non licenciés

[>> Plus d'infos](#)

Inscriptions ouvertes, un challenge nature à offrir et à s'offrir !



VIE DES CLUBS : L'AVF Antony

Changement de président à l'AVF/Antony.

Gabriel Bévenot, président de l'AVF Antony pendant trois ans après s'être beaucoup investi dans l'Association depuis 2001, a souhaité prendre un peu de repos et ne s'est pas représenté pour un second mandat lors de l'AG du 18 novembre.

C'est Jean-Michel Grossard qui, sollicité par une majorité du Conseil d'Administration, a accepté de lui succéder. Il est donc président de l'AVF Antony pour une durée de trois ans, renouvelable une fois selon les statuts des AVF.

L'AVF Antony est une association multi activités (culture, sports et loisirs) qui totalise plus de 900 adhérents dont environ 380 licenciés FFRandonnée lors de la dernière saison sportive, avec 29 animateurs de randonnée et 11 animateurs de marche nordique. Merci à Gabriel Bévenot d'avoir su développer ainsi l'Association, au cours des années et par les différentes fonctions qu'il a assumées.

Récompenses pour l'animation !

Deux animatrices de randonnées du club d'AVF Antony ont reçu une récompense lors de la cérémonie des Oscars du sport antonien le 6 décembre 2019.

Infos et programme du club sur :
foyeresquimaux.clubeo.com

Christiane Larue a été récompensée Oscar d'or pour 25 années d'animation et Claudie Grossard d'un Oscar d'argent pour 18 années consacrées à la conduite de randonnée. Ces récompenses ne peuvent que les encourager à continuer encore longtemps cette activité au service de tous les randonneurs.

Infos et programme du club sur :
avf.asso.fr



TRANSPORTS : Tarification Senior du Pass Navigo

Nouveau pour les voyageurs de 62 ans et plus : le Navigo Senior !

Il permet de bénéficier d'un tarif senior de 37,60€ par mois pour voyager en illimité sur tout le réseau d'Île-de-France (zones 1 à 5), soit -50% sur le prix du forfait Navigo d'un mois classic. Deux conditions sont à remplir : avoir 62 ans et plus ; et ne pas avoir d'activité professionnelle. C'est un abonnement sans engagement, qu'il est possible de suspendre à tout moment.

Une bonne nouvelle pour partir randonner dans toutes l'Île-de-France grâce aux transports en commun !

Plus d'infos

RETOUR SUR... La journée des animateurs

Une soixantaine d'animateurs ont participé le samedi 19 octobre 2019, à Issy-les-Moulineaux, à la journée des animateurs des clubs FFRP affiliés des Hauts-de-Seine, organisé par notre comité départemental.

Cette année une nouvelle formule a permis d'aborder sous forme de quiz la sécurité et la responsabilité en randonnée. Beaucoup d'autres sujets ont également été présentés : le bilan et l'explication du nouveau cursus de formation, le développement des clubs, la marche afghane, les itinéraires et les événements. Les stages thématiques, "Découverte et Perfectionnement" ont été développés, les dates sont à consulter dans ce Balises et [sur le site du comité](#).

Cette année les animateurs ont échangé entre eux, confronté leurs méthodes dans une ambiance décontractée. *Merci à vous tous !*

Plus d'infos



APPLICATION : Île-de-France impressionniste

Une nouvelle application entièrement gratuite pour partir randonner dans les pas des impressionnistes !

L'application vous propose 15 parcours en Île-de-France pour découvrir plus de 70 tableaux impressionnistes. Elle est gratuite et accessible sans création d'un compte. Vous y trouverez des cartes, les détails des itinéraires par étape, des infos pratiques (transports, kilomètres, temps de

LA BONNE IDÉE CADEAU : Les TopoGuides !

Les fêtes de fin d'année approchent, si vous êtes à la recherche d'une idée cadeau originale, voici quelques TopoGuides qui pourraient ravir les passionnés de rando et les amateurs de sorties nature :

- > Villes, parc et forêts des Hauts-de-Seine... à pied.
- > La Seine à pied en Île-de-France
- > La Vallée de la Bièvre... à pied

parcours...), et bien sûr des tableaux et informations sur les peintres impressionnistes !

> Tour de l'Île-de-France - GR®1

Disponible en téléchargement sur [Apple Store](#) et [Android via Google Play](#)

Joyeuses Fêtes à tous et très belles randos toute l'année 2020 !

idf.ffrandonnee.fr

Boutique en ligne



"MON GR® PRÉFÉRÉ 2020" : GR® 21 - Littoral de Normandie

À l'issue des trois semaines de vote du concours national **Mon GR® préféré - Saison 3, c'est le GR® 21 - Littoral de la Normandie (Seine-Maritime)** qui remporte le titre de « GR® préféré des Français » pour l'année 2020. *Il succède ainsi au GR® R1 - Tour du piton des Neiges.*

Félicitations aux Normands qui ont su valoriser les paysages de leur belle région en créant et en entretenant ce GR®.

Proche de l'Île-de-France le GR® 21, malgré quelques dénivelés, reste praticable par tous les randonneurs. Il ne présente pas de vraies difficultés, ni de dangers inhérents à sa topographie. N'hésitez pas à y faire votre premier séjour en itinérance !

Plus d'infos et petite vidéo !

FFRandonnée Hauts-de-Seine

www.rando92.fr

mail.rando92@yahoo.fr

BALISAGE : nouvelle charte du balisage et de la signalisation

La nouvelle **charte du balisage et de la signalisation, édition 2019, est parue, revue et mise au goût du jour...**

Ce document réalisé par la FFRandonnée a été établi en concertation avec les autres fédérations de sport de nature utilisant les chemins et sentiers.

Il régit les normes et les règles du balisage, dans la nature comme en ville, que notre Fédération, délégataire du ministère des Sports, se doit de définir et de mettre en œuvre.

Plus d'infos

Publication du Comité Départemental de la Randonnée Pédestre des Hauts-de-Seine. Directeurs de la publication : J.M. Grossard, Président du CDRP92. Rédaction et mise en page : C. Grossard - A. Hémary D. Pitsch - Infos FFRP ©Droits réservés : CDRP 92

[Se désinscrire](#)

Envoyé par

 sendinblue