



LES AMIS DE LA NATURE

C O L O M B E S

N° 57 - Avril 2012

Le Comité se réunira  
27, rue Saint Vincent  
le vendredi 1er juin  
de 20h00 à 22h.

Tous les adhérents peuvent participer à ses  
réunions et ceux qui le souhaitent pourront  
nous y rencontrer.

C'est rare, mais cela arrive : une sortie  
peut être annulée ou modifiée. En cas  
de bulletin de vigilance météo ou de  
perturbations prévisibles dans les  
transports, consultez votre messagerie  
ou contactez l'organisateur !

## Nos activités

### NOUVEAU !

#### Marche nordique

Initiez vous à la marche nordique !  
Thérèse et Jean François animent  
des séances les samedis matin 21  
avril, 5 mai, 16 juin et 30 juin de  
9h30 à 11h30 de l'Île Marante au  
Chemin de l'Île. Rendez-vous parking  
du parc Lagravère côté pont  
des eaux avec votre paire de bâtons  
(deux paires peuvent être prêtées  
pour une séance d'essai). Pour  
tous renseignements, contactez  
Thérèse au 01 47 84 05 32/06 16  
99 50 27 ou brisset.therese@neuf.  
fr.

#### Vélo tranquillou

Vous êtes intéressés par des balades  
en vélo, mais vous n'osez pas  
encore vous élaner sur de longues  
distances ? Envoyez vos coordonnées  
à Thierry. Il vous proposera de  
temps en temps des sorties sympas  
à proximité, en plus de celles  
figurant à ce programme.

# La gazette des A.N.

Notre site internet : <http://www.amisnature-colombes.org>

Dimanche 15 avril

PARIS - LONDRES A VELO  
ECHAUFFONS - NOUS !

Depuis Colombes, nous longerons  
la Seine puis nous traverserons la  
forêt de St Germain en Laye et  
nous gagnerons Cergy en suivant  
l'ancienne voie de chemin de fer.  
43 km. Aucune difficulté. Vélo en  
bon état indispensable.

RV à l'entrée du Parc Lagravère à 9h30.  
Retour de Conflans fin d'Oise ou de Cergy  
le Haut (trains tous les 20mn). Billet de Cergy  
PT : 4,55€, carnet 3,64€. Org. Thierry :  
06 80 99 76 62.

Dimanche 22 avril

DE LA MAULDRE A LA SEINE

De Beynes, nous passerons par  
Davron, la mare de Villiers et le  
fond des Beurreries de Feucherolles  
pour gagner Poissy. Nous  
verrons au passage le Château de la  
Coudraie, l'Abbaye (musée) et la  
Cathédrale. 19 km avec quelques  
dénivelés. (260m). Il sera encore  
temps de voter au retour. Carte  
2214ET.

Train à Colombes à 7h54, à Montparnasse  
à 8h58. Changt Plaisir Grignon  
(9h24/9h36). Arr. Beynes à 9h41. Retour de  
Poissy à 16h46 ou 17h16. Arr. Colombes  
17h27 ou 17h57. Billet AR 14,65€, carnet :  
11,72€, Mobilis zone 5 : 14,20€. Org. Bernard  
C. : 01 47 84 69 05.

Dimanche 29 avril

LA MONTAGNE A BLEAU

Randonnée de 20 km par la Mal-  
montagne, le Rocher Boulin, le Rocher  
Fourceau, le Rocher Boulogny  
et le petit Mont Chauvet. Carte  
2417OT.

Train à Colombes à 8h24, à Paris Lyon à  
9h19. Arr. Moret-Veneux-Les Sablons à  
10h08. Retour de Fontainebleau. Trains  
toutes les ½ h. Mobilis Zone 5 : 14,20€.  
Org. de Gérard. 06 89 72 55 04

Pour diminuer le coût du transport, il  
est possible de se grouper pour l'achat  
de 10 billets en carnet.  
**RV à la gare 20 minutes au  
moins avant le départ du train.**

Dimanche 29 avril

RANDONNEE LONGUE !

Cette randonnée de 30 km se dé-  
roulera dans la vallée de Che-  
vreuse.

Train à Montparnasse à 8h20. RV. devant  
le quai à 8h05. Arr. Les Essarts le Roi à  
9h15 (Direction Rambouillet). Retour du  
Perray à 18h27. Arr. Paris 19h26. Mobilis  
zone 5 : 14,20€. Org. Maryvonne : 01 47 84  
49 03.

Dimanche 6 mai

A PETIT PAS  
LE LONG DE SEQUANA

Les Berges de la Seine, la Terrasse  
et la Forêt de St Germain en Laye.  
12/14 km. Carte 2214 ET.

Train à Colombes à 9h24. Changt Asnières  
(9h29/9h34) et Nanterre U (9h44/9h57).  
RdV Chatou-Croissy à 10h02 - Retour de  
St Germain en Laye (RER A). Billet PT :  
11,90€, carnet : 9,52€. Mobilis zone 4 :  
10,55. Org. Gérard. 06 89 72 55 04.

Du vendredi 11 au 13 mai

JUMELAGE  
COLOMBES-FRANKENTHAL  
RENCONTRE AU RAHNENHOF

Une fiche d'information concernant  
le voyage a été envoyée aux partici-  
pants.

Train à Colombes à 7h56 ou RV à Paris  
gare de l'Est. Train TGV à 9h10 à destina-  
tion de Francfort. Arr. Kaiserslautern à

Les Amis de la nature de Colombes.  
**Eliane Fouchard** - 01 47 80 13 00  
**Odile Solas** - 01 47 84 31 37  
Mél : [contact@amisnature-colombes.org](mailto:contact@amisnature-colombes.org)

11h34. Changt pour Weidenthal. N'oubliez pas votre pique nique. Nous randonnerons l'après-midi jusqu'à Hertlingshausen.

Dimanche 20 mai

SILENCE ! MARAIS.

Visite du marais de Misery en barque et guidée par une animateur du CG91. Nous passerons par le parc de Mennecy pour découvrir l'aller des séquoiadendrons, puis nous irons tranquillement vers le marais. Ce marais, composé de vieux boisements de saulnaies, aulnaies et roselières agrémentés de prairies et anciennes tourbières couvrent 88ha en fond de vallée de l'Essonne, que nous traverserons en barque. Carte 2316ET.

12 km environ sans dénivelés. Visite gratuite. Attention : prévoir anti-moustique et vêtements à manches longues. Apportez ses jumelles. Train à 7h39 à Colombes, à 8h41 à Paris- Lyon (RER D). Arr. Mennecy à 9h27. Retour de Mennecy. Trains tous les heures à 52. Zone 5 : 14,20€.15 places maximum. Inscription obligatoire avant le 6 mai auprès de Gérard 06 89 72 55 04.

Dimanche 27 mai

PARIS – LONDRES A VELO  
PERSEVERONS !

Une découverte des villages du Vexin et de leur patrimoine, en partie sur petites routes, en partie sur voie verte. Nous passerons par les châteaux de Vigny, de Théméricourt et de Villarceaux. Environ 65 km.

Train à 8h39 aux Vallées. Changt Maisons Lafitte (8h54/9h00 ou 9h20). Arr. Cergy le Haut à 9h22 ou 9h42. Retour de Gisors à 17h10 ou 19h11. Billet aller PT 4,55€, carnet : 3,64€. Retour tarification grandes lignes. Org. Thierry :09 54 32 30 68 ou thierry.morlot@gmail.com.

Vendredi 1er juin – 20h00  
Réunion du Comité

Samedi 2 et dimanche 3 juin

WEEK-END à BOIS-LE-ROI

Randonnées en forêt de Fontainebleau par monts et par vaux. Jeux et chants le soir. Possibilité de nous rejoindre seulement en soirée pour ceux qui le souhaitent. Carte 2417OT.

Hébergement au centre UCPA de Bois-le-Roi. Inscription obligatoire auprès de Michèle avant le 22 avril.

Dimanche 3 juin

CONVERGENCE FRANCILIENNE

Les A.N. et des centaines d'autres cyclistes convergent vers Paris. Les cortèges se rejoignent au cœur de Paris (Louvre-Rivoli) pour une parade finale qui les mènera vers 13 h 30 sur les pelouses du Champ-de-Mars pour un pique-nique géant. Informations ultérieurement.

Vendredi 8 juin – 20h30  
salle St Vincent  
Préparation du programme  
automne – hiver

Dimanche 17 juin

DU COTE DE RETZ

Avant d'aller voter, randonnée autour de l'Etang la Ville par la forêt de Marly et le désert de Retz. 18 km. Carte 2214ET.

Train à Colombes à 8h09, à St Lazare à 8h32. Arr. l'Etang la Ville à 9h07. Retour de L'Etang la Ville. Trains toutes les 1/2h. Zone 5. Billet AR PT:11€, carnet : 8,80€. Org. Gérard 06 89 72 55 04.

Dimanche 24 juin

FETE DE LA LAVANDE

Notre traditionnel rendez-vous avant l'été. Nous irons directement sur le site le matin à la fraîche pour participer aux animations prévues. Balade d'une dizaine de km l'après-midi, vers une autre gare, pour ceux qui le souhaitent.

Train à 9 h 12 à Colombes. Changt Argenteuil (9h17/9h23). Arr. Herblay à 9h37. Billet AR : 4,70€. Org. Vincent : 01 47 85 87 39.

Dimanche 8 juillet

EN FORET DE RAMBOUILLET

Le GR1 par l'Etang d'Or, l'Etang de la tour et le sentier des 500 arpents. 18/19km km. Carte 2215OT.

Train à 8 h 09 à Colombes, à 9h06 à Montparnasse. Arr. à Rambouillet à 9h40. Retour de Les Essarts le Roi à 16h32 ou 17h02 (trains toutes les 1/2h.). Mobilis zone 5 : 14,20€. Org. Gérard : 06 89 72 55 04.

London <> Paris

Les AN oeuvrent depuis plus de 10 ans pour la réalisation de cet itinéraire dont les premiers aménagements ont été la réhabilitation des bords de la Seine de Colombes à Rueil et la construction de la passerelle sur la darse du port de Nanterre. La véloroute Londres – Paris sera inaugurée à l'occasion des J. O. Pour tout savoir sur les nouveaux aménagements prévus sur cet itinéraire dont nous avons déjà parcouru, en vélo mais aussi à pied, de longs tronçons, **une réunion est organisée samedi 14 avril à 14h., salle de la Vie Associative.**

Agenda

- **1er avril** : randonnées convergeant vers le gîte de Coquibus organisées par le Comité régional Ile de France. Rens. Gérard : 06 30 58 01 33 et Jacline : 01 47 80 50 52
  - **7, 8 et 9 avril** : congrès de la fédération française
  - **27 et 28 mai** : rencontre des Amis de la nature francophones à Saingnégier (Jura Suisse). Rens. Arlette :06 30 58 01 33
  - **du 18 au 27 août** : semaine intersections au chalet de Muckenbach.
  - **25 et 26 août** : centenaire de la fédération française.
  - **1er et 2 sept.** : formation « Animateur de randonnée pédestre » (niveau 1 : cartographie) à Coquibus
  - **oct. ou nov.** : formation « Connaître et vivre notre mouvement » à Coquibus.
- Pour connaître les dates des autres formations (marche nordique, orientation) :**  
<http://www.amis-nature.org>

Cotisations pour l'année civile 2012 : Adulte (+20 ans) : 37 € - Jeunes (16-20 ans) : 16 € - Couple (sans/avec enfant(s) – 16 ans) : 65 € - Tarif réduit (non imposables avant tout abattement) resp. 25 € - 16 € - 41 € - Titulaire du RSA : gratuit.  
**L'association offre l'adhésion aux enfants de moins de 16 ans.** Une assurance à la MAIF (risques autres que véhicules à moteur) couvre les adhérents dans le

cadre de leur participation aux activités inscrites au programme de l'association. La carte des A.N. permet de séjourner dans les installations des Amis de la nature en France et à l'étranger, et dans les auberges de jeunesse en France et en Wallonie. Nous pouvons également vous délivrer les timbres de la FFCC.