



- \* Départ parking du Parc des Sports, Avenue Auguste Blanqui (route de Courdimanche) à Vauréal, sauf
- \* autres précisions, l'heure indiquée est l'heure de départ ! Nous vous demandons donc d'arriver 15 minutes avant.
- \* Comme pour toute activité au RSCH, chaque adhérent doit avoir avec lui la licence fédération, une pièce d'identité, la carte vitale
- \* Ce calendrier peut-être modifié, les animateurs sont responsables du bon déroulement des activités. Ils peuvent, entre autres, être amenés à modifier ou annuler une randonnée.

### RANDOS AVRIL 2026

|          | DATE                    | RdV départ |       | Lieu de départ Rando -                       | Nombre Kms                                                   | Animateurs  | Obs                       | Origine                                                                         | indice d'effort            |
|----------|-------------------------|------------|-------|----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|-------------|---------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
|          | mercredi                | 1/4/2026   | 13h30 | Juziers                                      | Cimetière de Juziers (1,80 €/1,40€)                          | 5 km        | Catherine + Brigitte      | Visorando 89442765                                                              | IPB 26, assez facile       |
|          | jeudi                   | 2/4/2026   | 9h00  | Anciennes gares                              | Théméricourt maison du parc (1,60€/1,30 €)                   | 18,4km      | Eric et Corinne           | Openrunner 23598759                                                             | IBP 49, assez difficile    |
|          | jeudi                   | 2/4/2026   | 13h00 | Aulnay sur Mauldre                           | Aulnay, haut de la cote du cul froid (3,00€/2,30€)           | 12km        | Marie-France et Brigitte  | Visorando 30245                                                                 | IBP 34, assez facile       |
|          | mercredi                | 8/4/2026   | 13h30 | Autour de Vigny                              | Longuesse église (1,20€ / 1,00 €)                            | 7km         | Eric et Daniel            | Openrunner 23527446                                                             | IBP 53 peu difficile       |
|          | jeudi                   | 9/4/2026   | 9h00  | La bataille du Vexin (19-29 aout 1944)       | Parking de la Carrière - Brueil en Vexin (2,10€/1,70€)       | 16km        | Christian et Marie-France | Openrunner 2308896                                                              | IBP 50, assez difficile    |
|          | jeudi                   | 9/4/2026   | 13h00 |                                              |                                                              |             |                           |                                                                                 |                            |
|          | mercredi 15 et jeudi 16 | 15/4/2026  | 8h30  | Forêt de Dreux sur 2 jours (hébergement 34€) | Gîte de Boncourt (17 participants max sur inscription) 6,60€ | 2 fois 12km | Christian et Brigitte     | repas et visites facultatives à la charge des participants<br>Visites proposées | IBP 32 et 35, assez facile |
|          | jeudi                   | 16/4/2026  | 9h00  | Les étangs du bois de l'ilon                 | Follainville- Dennemont stade (3,40€ / 2,70€)                | 19km        | Christiane et Bernard     | Visorando 48317062                                                              | IBP 49 moyenne             |
| vacances | mercredi                | 22/4/2026  | 13h30 |                                              |                                                              |             |                           |                                                                                 |                            |
|          | jeudi                   | 23/4/2026  | 9h00  |                                              |                                                              |             |                           |                                                                                 |                            |
|          | jeudi                   | 23/4/2026  | 13h00 |                                              |                                                              |             |                           |                                                                                 |                            |
|          | mercredi                | 29/4/2026  | 13h30 |                                              |                                                              |             |                           |                                                                                 |                            |
|          | jeudi                   | 30/4/2026  | 9h00  |                                              |                                                              |             |                           |                                                                                 |                            |
|          | jeudi                   | 30/4/2026  | 13h00 | Les jardins de Ninon                         | La bergerie de Villorceaux Chaussy (4,00€ / 3,10€)           | 11,5km      | Christiane et Bernard     | Visorando 88451463                                                              | IBP 33 assez facile        |

| RANDOS MAI 2026 |            |                 |                                                    |                                                           |            |                         |                     |                        |
|-----------------|------------|-----------------|----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|------------|-------------------------|---------------------|------------------------|
| DATE            | RdV départ | Nom de la rando | Lieu de départ Rando -                             | Nombre Kms                                                | Animateurs |                         | Obs                 | indice d'effort        |
| mercredi        | 6/5/2026   | 13h30           | Autour de Menucourt                                | Cimetière de Menucourt                                    | 6km        | Eric et Corinne         | Openrunner 23635400 | IBP 24 - Facile        |
| jeudi           | 7/5/2026   | 9h00            | Boucle autour de Luzarches                         | Parking gare de Luzarches (5,10 et 4,10)                  | 20km       | Eric et Marie Christine | Openrunner 23630977 | IBP 57 - peu difficile |
| jeudi           | 7/5/2026   | 13h00           | Entre Forgets et Stors                             | Carrefour du Pavillon de Paris, L'Isle-Adam (3,40€/2,70€) | 11km       | Christian et Bernard    | Openrunner 23570806 | IBP 31, assez facile   |
| mercredi        | 13/5/2026  | 13h30           | Plateau des hautes rayes entre Conflans et Herblay | Collège des Hautes rayes à Conflans (1,50€/1,20 €)        | 6,8 km     | Catherine et Corinne    | visorando933 18845  | Facile                 |
| jeudi           | 14/5/2026  | 9h00            | FERIE ASCENSION                                    |                                                           |            |                         |                     |                        |
| jeudi           | 14/5/2026  | 13h00           | FERIE ASCENSION                                    |                                                           |            |                         |                     |                        |
| mercredi        | 20/5/2026  | 13h30           |                                                    |                                                           |            |                         |                     |                        |
| jeudi           | 21/5/2026  | 9h00            |                                                    |                                                           |            |                         |                     |                        |
| jeudi           | 21/5/2026  | 13h00           | Les tailles d'Herbelay                             | Mairie d'Aigremont (2,30€/1,80€)                          | 11km       | Christiane et Bernard   | Visorando 88560357  | IBP 36, assez facile   |
| mercredi        | 27/5/2026  | 13h30           | Entre champs et forêts à ANDRESY                   | City parc 13 rue Penthievre ANDRESY (1,10 €/0,90 €)       | 6,7 km     | Catherine et Brigitte   | Visorando 31102805  | IBP27 - facile         |
| jeudi           | 28/5/2026  | 8h00            | Forêt de Pierrefonds                               | Château de Pierrefonds (14,00€/11,00€)                    | 18km       | Eric et Corinne         | Openrunner 16505947 | IBP 53 peu difficile   |
| jeudi           | 28/5/2026  | 13h00           |                                                    |                                                           |            |                         |                     |                        |

| RANDOS JUIN 2026 |            |       |                                                    |                                                                          |            |                           |                     |                       |
|------------------|------------|-------|----------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|------------|---------------------------|---------------------|-----------------------|
| DATE             | RdV départ |       | Lieu de départ Rando -                             | Nombre Kms                                                               | Animateurs |                           | Obs                 | indice d'effort       |
| mercredi         | 3/6/2026   | 13h30 | Neuville sur oise                                  | Port de cergy (0,75€ / 0,60€ )                                           | 7,5        | Marie Christine et Eric   | openrunner 23631258 | IBP 22 - facile       |
| jeudi            | 4/6/2026   | 8h30  | Entre Aumont et le Diable                          | Parking Forêt - Aumont en Halatte (8,00€/6,40€)                          | 20km       | Christian et Marie-France | Openrunner 23578385 | IBP 55, peu difficile |
| jeudi            | 4/6/2026   | 13h00 | Plateau des hautes rayes entre Conflans et Herblay | Collège des Hautes rayes (1,50€/1,20 €)                                  | 10 km      | Catherine et Corinne      | Visorando 65280479  | IBP26 - facile        |
| mercredi         | 10/6/2026  | 13h30 | les bords de Viosne                                | Gare de Boissy l'Aillerie '0,85 ou 1,00€)                                | 6,1 km     | Marie Christine et Daniel | openrunner23 631858 | IBP21 - facile        |
| jeudi            | 11/6/2026  | 8h30  | Montfort L'Amaury - Les Mesnuls                    | Montfort L'Amaury cimetière (5,00€/4,00€)                                | 20km       | Eric et Corinne           | Openrunner 23389270 | IBP 57, peu difficile |
| jeudi            | 11/6/2026  | 13h00 | Le chemin des croix                                | Parking rue verte (place de la libération) Vallengoujard (12,20€/11,80€) | 11km       | Christiane et Bernard     | Visorando 66928331  | IBP 30 facile         |
| mercredi         | 17/6/2026  | 13h30 | Parc château de Grouchy ( 1,00€ / 0,80€ )          | Parking château de Grouchy à Osny                                        | 5,8km      | Eric et Daniel            | Openrunner 19842142 | IBP17 - facile        |
| jeudi            | 18/6/2026  | 9h00  | REPAS DU CLUB                                      |                                                                          |            |                           |                     |                       |
| jeudi            | 18/6/2026  | 13h00 | REPAS DU CLUB                                      |                                                                          |            |                           |                     |                       |
| mercredi         | 24/6/2026  | 13h30 | Autour de SERAINCOURT                              | Eglise de SERAINCOURT (1,80 €/1,40 €)                                    | 6,3 KM     | Catherine et Bernard      | Visorando 93321536  | IBP23 - facile        |
| jeudi            | 25/6/2026  | 9h00  | RANDO FESTIVE MAISON POUR TOUS                     | 2 randonnées : information à venir                                       |            |                           |                     |                       |
| jeudi            | 25/6/2026  | 13h00 |                                                    |                                                                          |            |                           |                     |                       |



## votre score

de randonnée pédestre

en partenariat avec



Entre **0** et **25**, c'est le **niveau 1** qualifié de **Facile**. La randonnée pédestre est sans difficulté physique particulière. Ce niveau correspond aux promenades et aux balades.



Entre **26** et **50**, c'est le **niveau 2** qualifié d'**Assez Facile**. La randonnée pédestre présente peu de difficulté physique. Ce niveau correspond aux promenades et à de petites randonnées. C'est également la limite supérieure des sorties Rando Santé®.



Entre **51** et **75**, c'est le **niveau 3** qualifié de **Peu Difficile**. La randonnée pédestre nécessite un certain engagement physique qui reste toutefois mesuré. Ce niveau correspond à des randonnées pédestres modérées.



Entre **76** et **100**, c'est le **niveau 4** qualifié d'**Assez Difficile**. La randonnée pédestre présente des difficultés et nécessite un engagement physique certain. Ce niveau correspond à des randonnées pédestres plus soutenues.



Une valeur supérieure à **100** correspond au **niveau 5** qualifié de **Difficile**. La randonnée pédestre présente des difficultés et nécessite un engagement physique important. Ce niveau correspond à des randonnées pédestres très soutenues.