



Quatrième trimestre 2019

Randonnées du mercredi

Les sorties pédestres sont conduites à allure modérée, les rendez-vous étant toujours fixés à 9 h 30 précises. Le retour aux voitures est prévu vers 12 heures avec une incertitude de plus ou moins 15 minutes. Pour les lieux de rendez-vous, il est utile de se référer à la carte IGN { TOP 25 de la Forêt de Fontainebleau.}

Mercredi 25 septembre *Hervé Pierlot* 06.80.24.29.64

Le rocher des demoiselles.

Rendez-vous: Parking du Vert Galant, situé à proximité de la route D 63E, parcelle 148
Difficulté : 2

Mercredi 2 octobre *Serge Marsaud* 06.73.99.75.99

Vienne La Table du Roy (Montigny)

Rendez-vous : Parking du carrefour de Vienne situé sur la D148 (route de l'escargot), parcelle 519. Difficulté: 1 localement 2

Mercredi 23 octobre *Françoise Camelin* 06.78.46.24.06 *Françoise Rapp* 06.70.29.81.46

La Malmontagne

Rendez vous : Carrefour du Rocher des Princes, situé sur la D148, parcelle 504
Difficulté 1-2

Mercredi 13 novembre *Françoise Camelin* 06.78.46.24.06

La Canche aux merciers

Rendez vous : Parking de la Canche aux merciers, sur la D64, en venant d'Arbonne vers Achères, après le coude qui longe l'autoroute, le Parking est signalé sur la droite, accessible par un petit chemin qui passe sous l'autoroute, parcelle 107
Difficulté 1-2

Mercredi 27 novembre *Françoise Rapp* 06.70.29.81.46

Grotte aux cristaux et Vallée de la Solle

Rendez vous : Carrefour de Belle Croix, situé sur la Route Ronde (D142), parcelle 240
Difficulté 1-2

Mercredi 11 décembre *Hervé Pierlot* 06.80.24.29.64

Vallée de la Gorge aux Archers.

Rendez-vous : Parking du Bois Rond sur la D 64 d'Arbonne à Achères, parcelle 86.
Difficulté 3.

Coordinateur : Yves Veschambre 06 79 55 60 61



CLUB NATURE



Saison 2019-2020

Recommandations relatives aux activités du club Nature

Les sorties pédestres en forêt, telles qu'elles sont pratiquées dans le cadre du club Nature, n'ont aucun caractère sportif et sont conduites à allure modérée. Elles sont particulièrement recommandées aux adhérents qui souhaitent participer à la randonnée annuelle. Elles ne demandent qu'un minimum d'équipements mais, pour des raisons de sécurité, nous exigeons le port de chaussures de marche à tiges montantes et semelles renforcées, type *Vibram*. Les magasins de sport en proposent de nombreuses variantes relativement légères. Toutes les chaussures basses, type *tennis* ou *rando légère* sont à proscrire, car elles peuvent être à l'origine de chutes ou d'entorses. Les animateurs conduisant ces sorties veilleront au respect de cette prescription et refuseront les participants qui ne seraient pas correctement chaussés.

Seuls sont donnés les points de rendez-vous, les itinéraires étant déterminés en fonction de la météo et pouvant être modifiés en dernière minute. En principe, en cas de sol glissant, les parties rocheuses des sentiers pourront être évitées et remplacées par des allées forestières.

Les visites de jardins ne sont naturellement soumises à aucune condition particulière, les déplacements ayant toujours lieu sur de bonnes allées.

La randonnée annuelle est organisée sur les mêmes bases que les sorties en forêt, à l'exception de la durée de marche qui est plus longue et est partagée entre le matin et l'après-midi.

Les activités de marche alternent avec celles consacrées au tourisme.

Pour toutes les sorties, nous recommandons de prévoir des lainages et une protection contre la pluie. En outre, pour la randonnée et éventuellement les sorties pédestres : petite gourde d'eau et vivres de course (chocolat, fruits secs, barres de céréales, ...).

Note importante relative aux responsabilités et aux assurances

Conformément à la réglementation, le Cercle François 1^{er} a souscrit une assurance de Responsabilité Civile Professionnelle couvrant l'ensemble de ses activités. Cependant, le Cercle ne pourrait se substituer à la responsabilité civile de chacun de ses adhérents pour les accidents qui, de leur fait, pourraient survenir à autrui.

Chaque adhérent doit être conscient en outre, que, dans le cadre des activités organisées par le Club Nature, il peut courir certains risques inhérents à la pratique normale de ces activités. Il les assume en connaissance de cause et s'engage à ne pas faire porter au Cercle François 1^{er} à ses organisateurs et accompagnateurs, ainsi qu'à ses différents prestataires, la responsabilité des accidents qui pourraient survenir.

En particulier, le Cercle François 1^{er} ne peut être tenu pour responsable des accidents qui pourraient résulter d'une imprudence individuelle ou du non-respect des consignes données dans certains de ses programmes et relatives à l'entraînement préalable des participants et à l'équipement minimal jugé indispensable, en particulier des chaussures de marche adaptées.

Pour mise à jour des fichiers du Cercle, tous les participants aux sorties pédestres et à la randonnée annuelle, devront retourner le coupon ci-dessous au Cercle François 1^{er} au plus tard à l'occasion de leur première sortie.

Recommandations relatives aux activités du club Nature

Cercle François 1^{er} - 26, rue de la Cloche - 77300 Fontainebleau



Nom (adhérent A) : Prénom :

Nom (adhérent B) : Prénom :

reconnait(ssent) avoir pris connaissance des recommandations et notes relatives aux responsabilités et assurances.

Date : / /

Signature A :

Signature B :