

[Lire la version en ligne](#)



BALISES 92 - N°74 - AVRIL 2024



La Grande Randonnée vers Paris traverse les Hauts-de-Seine le 10 mai !



A l'occasion des Jeux Olympiques et Paralympiques de Paris 2024, la Fédération Française de la Randonnée Pédestre fédère son réseau associatif autour de la Grande Randonnée vers Paris. C'est un événement unique, sportif, culturel, ouvert à tous et à faible impact environnemental. Ce défi est de réaliser plus de 10 000 km à pied sur 7 grands itinéraires parcourus en 560 étapes !

[>> Plus d'infos](#)

Dans les Hauts-de-Seine, les Ambassadeurs et compagnons de marche des itinéraires 6 (châteaux cathare et de la Loire) et 7 (Marée bretonnes et méandres de la Seine) arriveront le **vendredi 10 mai, venez nombreux les accueillir et partageons ensemble les derniers kilomètres sur les GR® 2 & 22 jusqu'à Paris !**

VENDREDI 10 MAI 2024 :

Itinéraire de 21 km*, départ de VERSAILLES, rendez-vous à 8h00
au Domaine de Madame Élisabeth, 73 av. Paris.

Itinéraire de 14 km*, départ de VÉLIZY-VILLACOUBLAY, rendez-vous à 12h00,
au Carrefour des fonds de la Chapelle.

Arrivée vers 18h à la Place Balard à Paris !

**pique-niques tiré du sac et à chacun de prévoir son retour.*

www.rando92.fr



VIE DES CLUBS - L'Antonienne le dimanche 28 avril 2024

L'AVF Antony avec le soutien de ses partenaires dont la maire d'Antony et du Comité de la Randonnée Pédestre des Hauts-de-Seine, organise le **dimanche 28 avril 2024 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 quatre circuits de randonnée : **10 km** en accompagné, **16 km** ou **25 km** en parcours libre ou accompagné, et un itinéraire libre de **31 km** (avec carte fournie). Vous découvrirez la vallée de la Bièvre, la coulée verte, le bois de Verrières, les parcs Heller, de Sceaux, de Vilgénis, la Vallée aux loups, et l'Arboretum de Chatenay-Malabry.

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

[>> Plus d'infos et programme complet](#)

VIE DU COMITÉ... quelques chiffres et réunion des baliseurs

L'assemblée générale 2024 du Comité de la Randonnée Pédestre des Hauts-de-Seine s'est déroulée le samedi 9 mars à Issy-les-Moulineaux. Quelques chiffres à noter, durant la saison sportive 2022-2023, les Hauts-de-Seine enregistrent **2420 licenciés soit une augmentation de 6%** par rapport à la saison précédente, pour 35 clubs affiliés la *FFRandonnée*.

Les Baliseurs du 92 ont été réunis le 23 février par le Comité pour faire le point sur l'état du balisage dans le département. Une fois de plus nous avons pu constater **leur dévouement et leur enthousiasme** pour que les Hauts-de-Seine présentent des **itinéraires attrayants et bien balisés** pour un repérage facile. Qu'ils en soit remerciés.

Merci à tous et que cette année sportive soit propice à toutes nos pratiques pédestres !

Actus

Je souhaite m'inscrire !



ONF Actualité - Des balades forestières

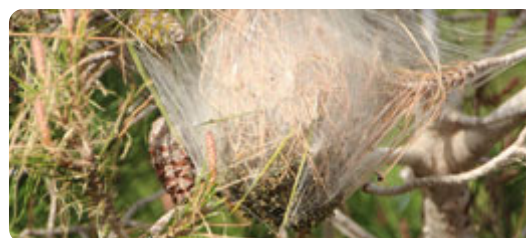
Les beaux jours reviennent, l'occasion de retrouver les usagers des forêts franciliennes lors de balades forestières !

À partir du 3 avril et jusqu'en octobre, l'Office National des Forêts proposera avec le soutien de la Métropole du Grand Paris, **six balades forestières**. Les thématiques seront variées : biodiversité, milieux humides, gestion forestière... mais toutes organisées dans un même objectif : **informer et faire comprendre les enjeux autour de la gestion forestière**.

>> Pour cette première tournée terrain, une forestière fera découvrir aux usagers les milieux humides en **forêt domaniale de Meudon**. Des zones fragiles que les forestiers souhaitent préserver au vu de toute la richesse de la biodiversité inféodée à ces milieux.

Les prochains rendez-vous seront communiqués prochainement par l'ONF. Les inscriptions sont obligatoires à ag.versailles@onf.fr

Actus ONF Île-de-France



CONSEILS - Chenille processionnaire : attention danger !

Les nids de chenilles processionnaires prolifèrent cette année 2024 ; quelques recommandations :

- **Rester éloigné** de ces chenilles ou de leurs cocons et surtout ne pas les toucher. L'éclosion a eu lieu 5 à 6 semaines après la ponte (éclosion durant l'été entre juin et septembre selon le climat).
- **Éviter de se promener sous un arbre porteur d'un nid**. Les cocons se localisent sur les pins ou les cèdres, formant un manchon gris argenté sur les rameaux ou les aiguilles de pin.
- **Porter des vêtements protecteurs** dans les zones infestées (manches et pantalons longs).
- **Éviter de vous frotter les yeux** en cas d'exposition mais aussi pendant et au retour d'une balade.
- En cas de doute, prendre une douche et changer d'habits en rentrant,
- Après une 1ère réaction allergique aux poils de chenilles, il faut éviter tout nouveau contact car des réactions de plus en plus sévères sont à craindre.

En cas d'apparition de symptômes sévères, il est recommandé de consulter rapidement un médecin ou un service d'urgences.

Carte ARS : la chenille processionnaire du pin en Île-de-France



ALERTES - les sentiers côtiers en Bretagne

En raison des actuels **problèmes d'érosion et des tempêtes** la prudence est de mise sur tous les sentiers côtiers. **Respectez bien les**



GR® 1 - Forêts et vallées autour de Paris

Les randonneurs ne s'en lassent pas, mais longue de ses **600 km elle s'enlace autour de l'Île-de-France, c'est la Grande Randonnée n°1 !** Elle

recommandations affichées à leurs abords.

Les itinéraires de randonnée ne sont pas figés. Ils peuvent évoluer par une simple déviation temporaire ou un changement définitif du tracé. Pour ne pas vous laisser surprendre, **avant de partir en randonnée, consultez les alertes sur les sentiers** répertoriés par les comités départementaux de Bretagne.

En raison de travaux, de modifications de tracés, d'aménagements fonciers, de rupture de continuité de passage (*notamment en propriété privée*), etc., il convient de s'assurer des conditions d'accès aux itinéraires de randonnée.

- [Côtes d'Armor](#)
- [Finistère](#)
- [Île-et-Vilaine](#)
- [Morbihan](#)

Vous souhaitez signaler une anomalie rencontrée sur un sentier ? Signalez-la sur le [portail Suric@te](#).

[Info FFRandonnée Bretagne](#)

Suric@te

est de retour dans une nouvelle réédition 2024, avec un nouveau nom évocateur : "Forêts et vallées autour de Paris".

Que les puristes se rassurent, l'itinéraire du **GR® 1** garde ses grands classiques. De Paris à la forêt de Fontainebleau, en passant par Auvers-sur-Oise, sans oublier la région du Gâtinais et la forêt de Rambouillet, le GR® 1 vous fait traverser villages, châteaux et forêts sur sept départements : *Paris, Hauts-de-Seine, Yvelines, Val-d'Oise, Seine-et-Marne, Essonne et Oise*.

A noter dans les **nouveautés**, des accès simplifiés vers les gares et quelques modifications d'itinéraires. Le GR® 1 vous propose des paysages très variés et la possibilité de **randonner à la journée de gare à gare**.

Cet itinéraire est **créé, balisé et entretenu par les bénévoles des Comités franciliens** de la Randonnée Pédestre. Chaque étape est cartographiée et décrite avec précision ; vous aurez plaisir à retrouver également les informations sur les lieux à voir et à ne pas manquer.

Je commande mon GR® 1



MARCHE NORDIQUE - Pourquoi pratiquer la marche nordique en club ?

Même si elle peut se pratiquer en solo, l'activité Marche Nordique en club présente de nombreux avantages :

- **Le partage d'un intérêt commun** : L'échange contribue au développement personnel. Il crée de nouvelles opportunités et alimente nos projets.
- **L'émulation** : Faire du sport dans la durée est plus facile dans le cadre d'une pratique collective. Le groupe nous incite à **participer et revenir régulièrement**.
- **Tisser de nouveaux liens** : Participer à des activités sportives de groupe permet d'élargir son cercle social et/ou d'amis. Le partage collectif contribue au bien-être individuel. Le **lien**



AGENDA

Quelques dates à noter :

> Dimanche 28 avril 2024 :

L'Antonienne, la rando pour tous de l'AVF Antony.
>> [inscriptions !](#)

> Vendredi 10 mai 2024 :

Le passage de la Grande randonnée vers Paris dans les Hauts-de-Seine.

> Samedi 1er et dimanche 2 juin 2024 :

Stage Cartographie & Orientation >>[infos](#).

> Dimanche 9 juin 2024 :

Rando Challenge Régional Compétition et

social est essentiel, il permet de relativiser et de s'éloigner des préoccupations du quotidien. Pour mieux se ressourcer.

► **Découvrir de nouveaux lieux de pratique** : Le club permet de parcourir des chemins, parfois surprenants, proches de chez vous. Parfois aussi d'aller plus loin si le club propose dans l'année des séjours.

Que l'on pratique juste pour s'entretenir et retrouver la forme (loisirs /santé) ou pour se lancer de nouveaux défis (compétition), **le plaisir reste le maître mot !**

[Infos sur la Marche Nordique - FFRandonnée](#)

Clubs dans les Hauts-de-Seine

Découverte à Coulommiers (77).

> **Samedi 21 septembre 2024** :

La Bossapas, la rando sportive des Hauts-de-Seine est de retour pour sa 15ème édition !

Plus d'infos



FFRandonnée Hauts-de-Seine

www.rando92.fr

hauts-de-seine@ffrandonnee.fr

> S'abonner à Balises 92 ! <

Publication du Comité Départemental de la Randonnée Pédestre des Hauts-de-Seine. Directeur de la publication : J.M.

Grossard, Président du CDRP92. Rédaction et mise en page : C. Grossard. - A. Hémary. *Autres actualités* :

FFRandonnée Bretagne - ONF

©Droits réservés : CDRP 92 - ©Droit photos: CDRP 92 - CRRP IdF - FFRP - cc.

[Se désinscrire](#)

