



## ASSOCIATION DES MARCHEURS DE LA REGION DE PONTOISE

### PROGRAMME "HIVER"

JANVIER A MARS 2020

[www.amrp.eu](http://www.amrp.eu)

#### Cotisations 2019 :

adhésion avec licence FF Randonnée + assurance RC et AC, individuelle 40€ ou familiale 80€. Les enfants ne sont acceptés que si l'adhésion est familiale.

#### Rappel de quelques sigles :

\*Randonnée à un rythme modéré (environ 4km/h, arrêts fréquents)

\*\*Randonnée à un rythme plus soutenu (plus de 4km/h, peu d'arrêts)

\*\*\*Randonnée ayant, soit un rythme rapide (supérieur à 5km/h), soit une très longue distance, soit de forts dénivelés, soit plusieurs de ces critères à la fois.

Licence FF Randonnée : Fédération Française de randonnée. CODERANDO 95 : Comité Départemental de Randonnée du Val d'Oise.

#### Rappel de sécurité :

Nous vous recommandons d'être toujours convenablement équipés de chaussures adaptées à la randonnée et d'avoir sur vous votre licence FF Randonnée de l'année en cours. La vitesse des randonnées peut varier en fonction des conditions climatiques, de la taille et des performances du groupe.

#### Conditions climatiques extrêmes :

(forte neige, verglas, tempête) Le responsable d'une randonnée peut être amené à l'annuler la veille, voire le matin même. Il est donc prudent de consulter vos Emails, ou encore d'appeler l'organisateur de cette randonnée avant de partir.

#### Si vous venez pour la première fois.

vous êtes notre invité. Dès la deuxième sortie, nous vous demandons d'adhérer afin d'obtenir la licence et l'assurance. Des bulletins d'adhésion sont disponibles auprès de l'animateur. Votre bulletin d'adhésion doit être accompagné d'un certificat médical indiquant clairement la mention « apte à la randonnée pédestre ». (Mention exigée par la FF Randonnée)

### PROGRAMME DES DIMANCHES

Rendez-vous sur place à 8h30, départ à 8h45 précise (sauf spécification contraire)

<b>DIMANCHE 5 JANVIER</b>	<b>RANDO DU NOUVEL AN</b>	06 31 04 77 60
AMRP 13 km**	Animateurs : Claudine DARBEDA et Pascal DURMORT	06 95 79 68 39
Départ : pk circulaire de la piscine, acces par rue Jean Larosa à Osny(95520)		
Coordonnées GPS : N49.0586-E2.0633 N49°3'30,96"-E2°3'47,88"		
<b>DIMANCHE 12 JANVIER</b>	<b>BOUCLE DE L'OISE</b>	06 16 41 12 82
AMRP 13,2 km**	Animateurs : Françoise LECLERC et Guy THOMIN	06 67 69 86 41
Départ : parking du pont de Neuville, 7 Rue Joseph Cornudet, 95000 Neuville-sur-Oise		
Coordonnées GPS : N49.0144-E2.0583 N49°0'51,84"-E2°3'29,88"		
<b>DIMANCHE 19 JANVIER</b>	<b>RANDO GALETTE</b>	01 30 32 39 49
AMRP 11 km**	Animateurs : André et Béatrice THIEBAUD	06 52 28 71 25
Départ : Les Larris pourpres, 95300 Pontoise		
Coordonnées GPS : N49.0314-E2.0905 N49°1'53,04"-E2°5'25,8"		
<b>DIMANCHE 26 JANVIER</b>	<b>DE CONDÉCOURT À EVÈQUEMEONT PAR LA FORÊT DE L'HAUTIL</b>	01 34 22 08 11
AMRP 15 km**	Animateur : Michel POIRIER	06 60 99 02 11
Départ : P à droite rue de l'Aubette en quittant la D28 Condécourt (95450)		
Coordonnées GPS : N49.0401-E1.9425 N49°2'24,36"-E1°56'33"		
<b>DIMANCHE 2 FÉVRIER</b>	<b>QUE D'EAU !</b>	06 76 55 13 44
AMRP 14 km**	Animateurs : Martine FABBRI et Alain BERNARD	09 53 18 00 54
Départ : Parking de la gare - 95640 Santeuil		
Coordonnées GPS : N49.1241-E1.9493 N49°7'26,76"-E1°56'57,48"		
<b>DIMANCHE 9 FÉVRIER</b>	<b>FORÊT DE SAINT-GERMAIN, MAISON DE LA FRITE?</b>	06 16 41 12 82
AMRP 14 km**	Animateurs : Françoise LECLERC et Guy THOMIN	06 67 69 86 41
Départ : P de l'étang du cora a gauche sur N184 après avoir traversé la Seine (78100)		
Coordonnées GPS : N48.9771-E2.0888 N48°58'37,56"-E2°5'19,68"		
<b>DIMANCHE 16 FÉVRIER</b>	<b>LA VALLÉE DU CUDRON</b>	06 73 19 31 12
AMRP 14,5 km**	Animateurs : Ghislaine MENARD et Philippe RICHARD	
Départ : Rue Arthur Lefrançois parking de la mairie, sinon en face de l'église (49.2037,1.7378) à Parnes (60240)		
Coordonnées GPS : N49.2027-E1.7382 N49°12'9,72"-E1°44'17,52"		

<b>DIMANCHE 23 FÉVRIER</b>	<i>LES BOIS GANNETIN</i>	01 30 31 26 95 06 84 02 47 79
AMRP 13,5 km** Animatrice : Martine DUBOIS		
Départ : Pk foyer rural allée René Florentin Nesles la Vallée (95690)		
Coordonnées GPS : N49.1298-E2.167 N49°7'47,28"-E2°10'1,2"		
<b>DIMANCHE 1 MARS</b>	<i>LE PARC DE BAILLET ET L'EXTRÉMITÉ EST DE LA FORÊT DE L'ISLE ADAM</i>	01 34 22 08 11 06 60 99 02 11
AMRP 14 km** Animateur : Michel POIRIER		
Départ : P à droite rue Jean Nicolas centre international Joseph Wresinski à Baillet en France (95560)		
Coordonnées GPS : N49.0648-E2.3021 N49°3'53,28"-E2°18'7,56"		
<b>DIMANCHE 8 MARS</b>	<i>SUR LES TRACES DU TORTILLARD</i>	06 68 34 64 69
AMRP 15 km** Animateur : François PETITJEAN		
Départ : Parking Collège des Hautiers à Marines (95640)		
Coordonnées GPS : N49.1473-E1.9873 N49°8'50,28"-E1°59'14,28"		
<b>DIMANCHE 15 MARS</b>	<i>BOUCLE AUTOUR DE COMMENY</i>	01 30 32 39 49 06 52 28 71 25
AMRP 14 km** Animateurs : André et Béatrice THIEBAUD		
Départ : parking rue de l'église à Commeny (95450)		
Coordonnées GPS : N49.1264-E1.8895 N49°7'35,04"-E1°53'22,2"		
<b>DIMANCHE 22 MARS</b>	<i>LES DOLMENS</i>	06 73 19 31 12
AMRP 15 km** Animateurs : Ghislaine MENARD et Philippe RICHARD		
Départ : parking de la gare de Presles (95590)		
Coordonnées GPS : N49.1138-E2.2876 N49°6'49,68"-E2°17'15,36"		
<b>DIMANCHE 29 MARS</b>	<i>BOUCLE CHARS MARINES NEUILLY PAR LE MOULIN DE NOISEMONT</i>	01 34 22 08 11 06 60 99 02 11
AMRP 15 km** Animateur : Michel POIRIER		
Départ : Parking de la gare de Chars (85750)		
Coordonnées GPS : N49.1647-E1.9365 N49°9'52,92"-E1°56'11,4"		
<b>PROGRAMME DES MERCREDIS</b>		
Rendez-vous sur place à 13h45, départ à 14h précise (sauf spécification contraire)		
<b>MERCREDI 15 JANVIER</b>	<i>SOURCES, MARES ET FONTAINES</i>	06 76 55 13 44 09 53 18 00 54
AMRP 10,5 km** Animateur : Alain BERNARD		
Départ : Pk le long des Terres Rouges, 95830 Cormeilles-en-Vexin		
Coordonnées GPS : N49.1091-E2.0242 N49°6'32,76"-E2°1'27,12"		
<b>MERCREDI 29 JANVIER</b>	<i>AUTOUR DE MOUSSY</i>	01 34 22 08 11 06 60 99 02 11
AMRP 10 km** Animateur : Michel POIRIER		
Départ : P rue de l'Eglise vers le N°6 de la rue de l'église Moussy (95640)		
Coordonnées GPS : N49.1376-E1.9068 N49°8'15,36"-E1°54'24,48"		
<b>MERCREDI 12 FÉVRIER</b>	<i>TOUR DES 3 FERMES</i>	01 30 31 26 95 06 84 02 47 79
AMRP 10 km** Animatrice : Martine DUBOIS		
Départ : Parking Ferme Ecancourt à Jouy-le-Moutier (95280)		
Coordonnées GPS : N49.0076-E2.0158 N49°0'27,36"-E2°0'56,88"		
<b>MERCREDI 26 FÉVRIER</b>	<i>AUTOUR DE JOUY -LE-MOUTIER</i>	06 82 87 81 07 06 15 86 01 22
AMRP 10,5 km** Animateurs : Sylviane et Jean-Claude JAMONEAU		
Départ : Parking Ferme Ecancourt à Jouy-le-Moutier (95280)		
Coordonnées GPS : N49.0076-E2.0158 N49°0'27,36"-E2°0'56,88"		
<b>MERCREDI 11 MARS</b>	<i>LES CHEMINS OUBLIÉS</i>	06 73 19 31 12
AMRP 11 km** Animateurs : Ghislaine MENARD et Philippe RICHARD		
Départ : Parking lycée Jouy-le-moutier, accès par rue Gabriel Fauré (95280)		
Coordonnées GPS : N49.0103-E2.0269 N49°0'37,08"-E2°1'36,84"		
<b>MERCREDI 25 MARS</b>	<i>ANATOLE SAISON 2 (RANDONNÉE EN COMPAGNIE D'UN ÂNE)</i>	01 30 38 03 93 06 77 34 27 17
AMRP 9 km* Animateurs : Noël et Gillian CONSTANS		
Départ : Park du stade, 3-1 La Couture à Longuesse (95450)		
Coordonnées GPS : N49.0615-E1.9288 N49°3'41,4"-E1°55'43,68"		
<b>PROGRAMME DES VENDREDIS</b>		
Rendez-vous sur place à 13h45, départ à 14h précise (sauf spécification contraire)		

**VENDREDI 10 JANVIER** « LA PIERRE DES 4 PEUPLES » 01 30 36 10 17  
AMRP 8 km\* Animateurs :Brigitte et Alain ZIMMERMANN 06 10 28 48 66  
Départ : Départ Frouville (95690) Parking rue Groslay, 1ère à G après l'église au fond d'une prairie. 06 20 69 47 05  
Covoiturage départ parking Centre commercial Oseraie Osny face au magasin BUTà 13h15  
Coordonnées GPS : N49.1484-E2.1467 N49°8'54,24"-E2°8'48,12"

**VENDREDI 24 JANVIER** PORT AUX MOINES 06 31 04 77 60  
AMRP 10 km\*\* Animateurs :Claudine DARBEDA et Pascal DURMORT 06 95 79 68 39  
Départ : Parking de la gare d'Auvers (95430) rue Montmaur  
Coordonnées GPS : N49.0706-E2.1765 N49°4'14,16"-E2°10'35,4"

**VENDREDI 7 FÉVRIER** « LE PETIT TRAIN DE LA VALLÉE DU SAUSSERON » 01 30 36 10 17  
AMRP 8,7 km\* Animateurs :Brigitte et Alain ZIMMERMANN 06 10 28 48 66  
Départ : Parking ancienne gare de Vallangoujard (95810), place de la Libération 06 20 69 47 05  
Coordonnées GPS : N49.1393-E2.1159 N49°8'21,48"-E2°6'57,24"

**VENDREDI 21 FÉVRIER** LECTURE DE CARTES ET ORIENTATION 01 34 22 08 11  
AMRP 8,5 km\* Animateur : Michel POIRIER 06 60 99 02 11  
Départ : P de l'étang du cora a gauche sur N184 après avoir traversé la Seine (78100)  
Coordonnées GPS : N48.9771-E2.0888 N48°58'37,56"-E2°5'19,68"

**VENDREDI 6 MARS** DE SI BEAUX VILLAGES 06 73 19 31 12  
AMRP 9,5 km\*\* Animateurs : Ghislaine MENARD et Philippe RICHARD  
Départ : Rue Saint Nicolas à Guiry (95450) (D159)  
Coordonnées GPS : N49.1091-E1.8508 N49°6'32,76"-E1°51'2,88"

**VENDREDI 20 MARS** « LE SACRE DU PRINTEMPS » 01 30 36 10 17  
AMRP 9 km\* Animateurs :Brigitte et Alain ZIMMERMANN 06 10 28 48 66  
Départ : Parking de l'église d'Avernes (95450) ou départ covoiturage parking Décathlon Cergy à 13h15 06 20 69 47 05  
Coordonnées GPS : N49.0849-E1.8742 N49°5'5,64"-E1°52'27,12"

*Comment passer de coordonnées en degré décimaux, vers des degré sexagésimaux: par ex une latitude de 48,889° donne 48° plus 0,889° que l'on multiplie par 60 pour avoir des minutes: 0,889x60=53,34' soit 53' plus 0,34' que l'on multiplie par 60 pour avoir des secondes: 0,34x60=20,4''  
En latitude, une seconde d'arc correspond à 40 000 000m/360/3600=30m et le quatrième chiffre après la virgule, en degrés décimaux, correspond à 40 000 000m/360/10000=11m*

Surveillez votre boîte Email, il est possible que des animateurs ou animatrices vous proposent de les accompagner pour reconnaître une randonnée programmée.

## EVENEMENTS A VENIR

22 mars 2020 Beaumont-s-Oise 30eme brevet du randonneur 10/16/22/28 km avec ravitaillement

19 janvier 2020 Montmorency : randos 12 et 20km organisées par "Les cyclos du lac d'Enghein"

8 mars 2020 Auvers sur Oise : randos 15, 26 et 40 km organisées par l'US Auvers sur Oise

---

DIMANCHE 19 JANVIER 2020 : GALETTE DES ROIS  
SALLE ROUGE DE L'ESPACE LARRIS MARADAS . LES LARRIS POURPRES 95300 PONTOISE

*TOUS AUX FOURNEAUX*

---

MERCREDI 4 MARS 2020 : RÉUNION DE BUREAU À 20H45  
ESPACE DES CORDELIERS  
SALLE DES ATELIERS MANUELS 2, RUE RODIN 95300 - PONTOISE

Elaboration du programme du 2eme trimestre 2020  
Rappel : Tout membre de notre association peut assister aux réunions

Ghislaine Ménard, Présidente 6, rue La Pérouse 95000 CERGY 06 73 19 31 12 ghmenard@orange.fr  
Michel POIRIER, Trésorier 136, rue Saint-Jean 95300 PONTOISE 06 60 99 02 11 michel.poirier3@free.fr  
Guy Thomin, Secrétaire 2, place du Haut Montoir 95000 CERGY 06 67 69 86 41 guy.thomin@free.fr