

## Calendrier des marches : d'avril à octobre 2024



Marches organisées par le C.O.C.M.  
en association avec l'AC Porcheville

Elles se déroulent sur deux parcours  
de 12 km et 6 km

Rassemblement, le samedi après-midi,  
à 13 h 30

Parking du marché à Mantes-La-Ville  
Avenue Jean Jaurès ou Parking de la CAMY à  
Magnanville

La randonnée pédestre est une activité très agréable pour la découverte de la région et de votre environnement. Voici quelques conseils pour qu'elle soit plus agréable pour vous et ceux qui vous accompagnent.

- S'engager sur la marche correspondant à vos capacités physiques
- Etre bien chaussé et un minimum d'équipements pour la pluie et le froid vous permettent de mieux apprécier les instants passés au milieu d'éléments et dans un environnement pas toujours contrôlés.
- Ecouter les observations et conseil du capitaine de route, ne pas le dépasser, respecter sa vitesse de croisière et si possible éviter les arrêts intempestifs ou au moins les signaler au serre-file (des arrêts sont effectués régulièrement)
- Marcher sur la droite de la route en évitant d'occuper toute la largeur de la chaussée (2 de front dans les règlements), respecter les autres utilisateurs (cyclos et voitures).
- Attendre l'autorisation du capitaine de route et des responsables encadrant la randonnée pour traverser une chaussée en toute sécurité.
- Marcher sur les chemins autant que possible, respecter les cultures.
- Respecter la nature, vous ne la trouverez que plus jolie.
- Etre courtois avec les autres randonneurs.

Un autre randonneur vous véhicule, **pensez à ramener une paire de chaussures pour le retour et des poches en plastique pour ranger les chaussures de randonnée.**

**Consigne particulière :** Sur les marches A.C.P (en bleu), les chiens sont interdits.  
Sur les marches C.O.C.M si le chien est en laisse, il doit être tenu court  
Ou sinon il doit être le plus possible en tête afin de gêner au minimum les Participants.

Les animateurs de chaque randonnée sont autant que possible vêtus d'un gilet de sécurité fluorescent.

Pour tout renseignement :

Thierry DELAFOSSE (COCM)  
Gaby COQUERANT (COCM)  
Jocelyne BARBET (COCM)

☎ 06 95 79 21 13  
☎ 06 34 82 85 64  
☎ 06 87 82 18 62

Danielle LHEUREUX (ACP)  
Myriam SLIWINSKI (ACP)  
Catherine BOURRELLIER (ACP)

☎ 06 11 78 59 30  
☎ 06 71 71 19 79  
☎ 06 84 08 27 61

### AVRIL 2024

06	Fontenay Mauvoisin	Mairie	Petit	Grand
13*	Brueil en Vexin	Mairie	Petit	Grand
20	Guernes	Foyer rural	Petit	Grand
27*	Velannes	Chemin de la Conche	Petit	Grand

### MAI 2024

04*	Juziers	Parking des marais	Petit	Grand
11	Aubergenville	Salle des fêtes (bout du monde)	Petit	Grand
25*	Provins	Sortie journée		

### JUN 2024

01	Mousseaux	Plan à venir pour le départ	Petit	Grand
08*	Guiry	Rue des Rochettes en face cimetière	Petit	Grand
15	Limay	Centre aéré	Petit	Grand
22*	Aulnay sur Mauldre	Parking face à la mairie	Petit	Grand
29	La Roche Guyon	Parking Arboretum	Petit	Grand

## RECONNAISSANCE JUILLET & AOUT : PARCOURS de 10 / 12 kms DIMANCHE 7h30 → Parking Magnanville

### SEPTEMBRE 2024

07*	Forum	Porcheville		
07	Magnanville	Place Mendès France	Petit	Grand
14*	Morainvilliers	Derrière l'église	Petit	Grand
20-21	Lille	Voyage		
22	Breuilpont	Information à venir	Petit	Grand
28*	Flins	Parking du château	Petit	Grand

### OCTOBRE 2024

05	Versailles jardin du château	En car (après-midi)	Petit	Grand
12	AG		Petit	Grand
19*	Bazemont	Eglise	Petit	Grand
26	Breuil Bois Robert	Stade	Petit	Grand

\* En bleu « marches organisées par l'A.C.P. »

Couleurs de difficulté du parcours : Vert = Facile – Jaune = Moyen et Rouge = Difficile