



AG 18-10-2025

Activités et Projets  
2025-2026

## Sorties récurrentes

### Randonnées :

- lundi : de 11 à 13 km – 8h30
- mardi : de 8 à 10 km – 8h30
- mardi : RS < à 6km – 9h
- jeudi : de 11 à 13 km – 8h30
- vendredi : 8 à 10 km – 13h30
- vendredi : RS < à 6km – 13h30



### Marche nordique :

- mercredi et samedi :  
de 9h à 11h
- jeudi 18h30 à 20h30

### Entraînement Audax :

- 2 dimanches par mois

### Endurance :

- mardi : à 5 km/h – 8h30
- jeudi : à 6 km/h – 8h00

## Sorties occasionnelles

- rando : 2 dimanches par mois
- rando : 1 jeudi journée par mois
- rando club : un vendredi par mois (fin vallée Eure & Paris)
- rando brame du cerf ; rando nocturne
- rando Gometz => Paris et retour évidemment

# Les types de marche



**Rando Santé**

**Promenade**

**Randonnée**

**Marche d'endurance**

Et à allure Audax

MAXI  
5 km  
3h

MAXI  
12 km  
4h

MAXI  
32 km  
8h

MAXI  
50 km  
8h

A RandoGom :  
Rando douce & Rando classique

# Les types de marche

## Et la marche nordique



# Les séjours 2025 (budget 2025-2026)

YONNE

**Du 21 au 26 septembre 2025**  
**6 jours**  
**31 participants**  
**600€**

Auxerre



Guédelon



# Les séjours 2026 (budget 2025-2026)

Lyon

**Du 24 au 26 mars 2026**  
**3 jours**  
**24 places maxi**  
**400€**



ND de Fourvière

Meaux - Jouarre

**Les 15 et 16 avril 2026**  
**2 jours**  
**25 places maxi**  
**220€**



Abbaye de Jouarre

# Les séjours 2026 (budget 2025-2026)

Luxembourg

**Du 3 au 8 mai 2026**  
**6 jours**  
**24 places maxi**  
**900€**



**Itinérance**

**Tour de la presqu'île de Crozon**

**Du 8 au 13 juin 2026**  
**6 jours**  
**12 places maxi**  
**600€ - 650€**



# Les séjours 2026 (budget 2026-2027)

Le Cotentin

Du 7 au 11 septembre 2026

6 jours

30 places maxi

650€

Cherbourg



# ParPat / Paris

V 14 novembre : Musée du chocolat

V 16 janvier : Musée Cognacq-Jay

V 13 février : Quartier Bonne-Nouvelle ?

V 14 mars : Le Mont de Piété



Musée Cognacq-Jay



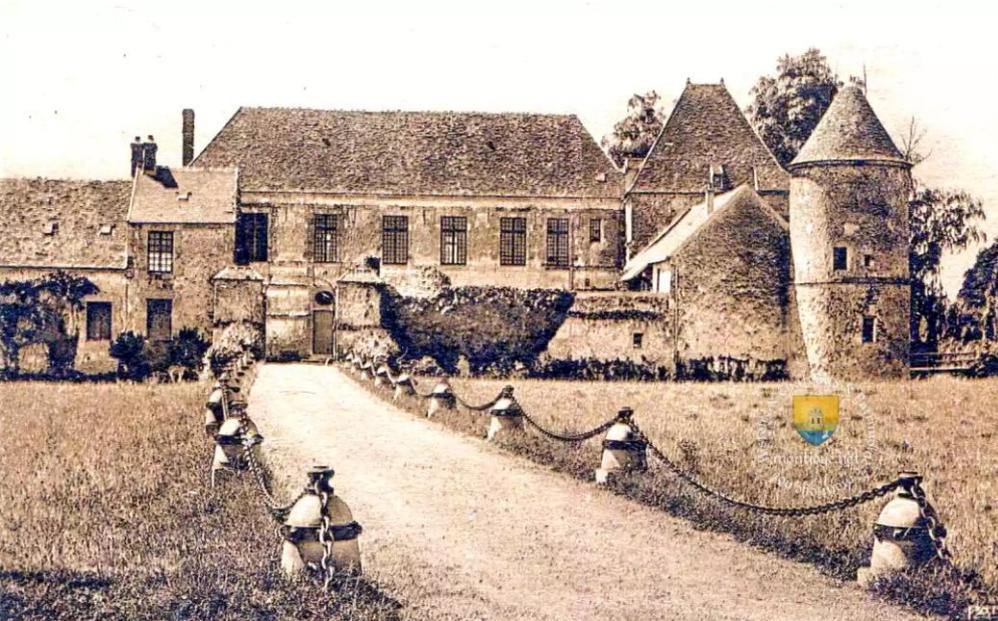
# ParPat / Patrimoine

V 12 septembre : [Montfort-l'Amaury](#)

V 10 octobre : [Cergy-Pontoise](#)

V 12 décembre : [Rambouillet](#)

V 3 avril : [Villeconin](#)



Villeconin



# ParPat / Patrimoine

## Règles d'inscription aux sorties ParPat :

1. Ouverture des inscriptions sur l'agenda du site
2. Inscriptions sur Framadate par ordre d'inscriptions
3. Paiement (virement, chèque, avoir)
4. Si non paiement 15 jours avant la sortie => Annulation



# Les animations

5 audax

Plusieurs rando-challenge

Journées de formation en interne  
(carte boussole et 1<sup>er</sup> secours)

Co-participation à la Rand'Extrême (12 octobre 2025)

Accueil des nouveaux adhérents (13 décembre 2025)

Vendredis du club (GRP de l'Eure)

Vendredis du club (Paris dans tous les sens)

Repas du club

La 91 (11 et 12 avril 2026)



# Les animations

Sans oublier...

Le rando challenge régional  
à Gometz-le-Châtel  
le 31 mai 2026

Les 10 ans du club  
le 6 juin 2026



# La formation

**RandoGom recherche des animateurs à la journée**

Plus d'animateurs = Plus d'activités

Aucun frais pour le stagiaire

Animateurs à l'écoute

**Inscrivez-vous au CARP**

Qu'est-ce que le CARP ?

Certificat d'Animateur de Randonnée de Proximité

Formation moins longue que le Brevet Fédéral

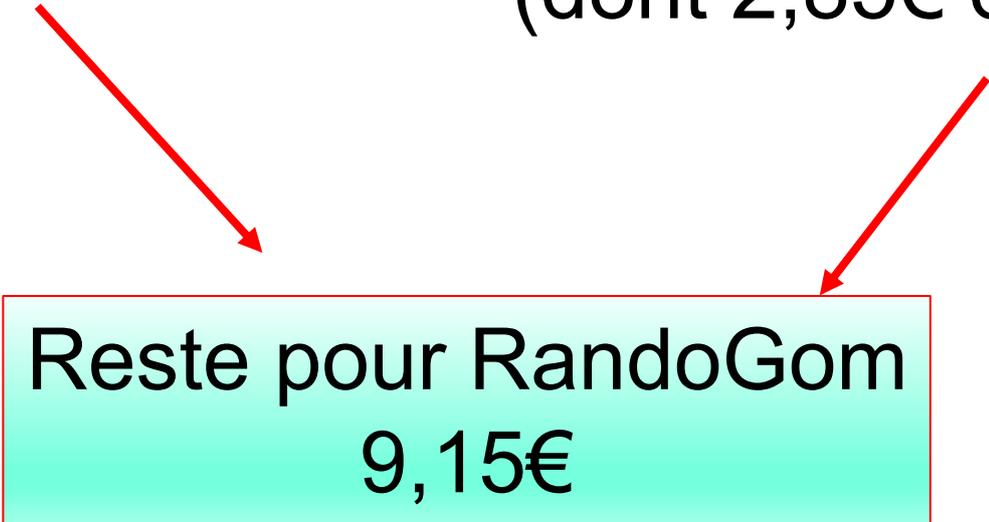
Plus facile, moins de stress



# La licence

Vous payez **40€**

RandoGom paye à la FFR  
**30,85€**  
(dont 2,85€ d'assurance)



Reste pour RandoGom  
**9,15€**

À partir de septembre 2025, RG indexe le prix de l'adhésion au montant de l'augmentation de la licence votée par la FFRandonnée.

Pas de changement pour 2025 - 2026