

Saison 2022-2023

PASAPAS



De Septembre à Janvier

www.pasapascourbevoie.com

De Septembre 2022 à Janvier 2023 PASAPAS VOUS PROPOSE UN PROGRAMME RICHE ET VARIÉ

Notre PORTE OUVERTE D'Automne : Dimanche 2 Octobre

(Marche nordique : consulter le site de PASAPAS)

6 RANDONNÉES + SPECTACLE ou VISITE

Dimanche 18 Septembre : Randonnée et Visite guidée du Musée Emile Zola (Médan)
Jeudi 13 Octobre : Randonnée et Visite guidée du Palais de la Porte Dorée
Dimanche 16 Octobre : Randonnée et Spectacle Équestre "TOTEM" (Chantilly)
Samedi 22 Octobre : Les collines de l'Est Parisien (randonnée commentée)
Jeudi 17 Novembre : Cergy- En suivant le fil d'Ariane (randonnée commentée)
Samedi 19 Novembre : Les places royales (randonnée commentée série Paris Olympique - Blanc)

2 RANDONNÉES CARICATIVES

Dimanche 9 Octobre : Marche contre le Cancer
Dimanche 4 Décembre : Téléthon

DES RANDONNÉES POUR TOUS LES PUBLICS

3 randos "après-midi" : 11 Septembre, 13 Novembre, 8 Janvier
2 sorties sportives : 1er Octobre, 5 Novembre
3 marches rapides : 8 Octobre, 17 Décembre, 21 Janvier

ET BIEN SUR ! DES RANDONNEES TOUS LES DIMANCHES

Dimanche 28 Août

Autour de l'ancienne Abbaye d'Hérivaux
22 Km avec Gilles

Dimanche 4 Septembre

de Verneuil-l'Etang à Tournan-en-Brie
21 Km avec Brigitte C.

Samedi 10 Septembre

Vitaville : Fête des Associations de Courbevoie
Espace sportif J.P. Rives
Notre Stand : N° 172

Dimanche 11 Septembre

Journée

Forêt de Fontainebleau
16 Km avec Patricia

Après-midi

de Saint-Nom-la-Bretèche à Poissy
12 Km avec Brigitte S.

Samedi 17 Septembre

BOSSAPAS 2022

Randonnée Sportive Ouverte à Tous "La BOSSAPAS".

Deux parcours :

35 km et 1200 mètres de dénivelé positif
25 km et 800 mètres de dénivelé positif

Dimanche 18 Septembre



Randonnée 12 Km avec Gérard
(10h) Visite Guidée [Musée Emile Zola](#)
Adhérent : 10€. Visiteurs 15 €. 20 participants maxi

Dimanche 25 Septembre

Lozère Versant Est
24 Km avec Lydia

Samedi 1er Octobre

Marche Sportive
30 Km avec Pascale

Dimanche 2 Octobre

Portes Ouvertes d'Automne



10 ou 20 Km avec le Club
(le parcours sera précisé en fonction des transports)

Samedi 8 Octobre

Marche Rapide
25 Km (2 x 12,5) avec Lydia

Dimanche 9 Octobre

DEUX POUR UN



PASAPAS vous invite à participer à la Marche contre le Cancer Autour de Rueil Malmaison. **Accompagnement 13 Km et 22 Km**
Participation financière : 10 € ou plus à verser sur place à l'association "Ligue contre le Cancer" (reçu fiscal).

Jeudi 13 Octobre

Randonnée 12 Km avec Gérard
(10h30) Visite Guidée Palais de la Porte Dorée
Adhérent : 10€. Visiteurs 15 €. 20 participants maxi

Samedi 15 Octobre **Assemblée Générale**

Participez à la vie de PASAPAS. Vous saurez tout sur la saison 2022-2023. Remise des mollets 2022. Et... le pot de l'amitié.

Venez nombreux

Dimanche 16 Octobre



Randonnée 12 Km **avec Gérard**
(14h) CHANTILLY SPECTACLE ÉQUESTRE **"TOTEM"**
Gratuit pour les enfants de 10 ans à 16 ans
+ 1 Adhérent accompagnateur
Adhérent : 10€. Visiteurs 15 €. 30 participants maxi

Samedi 22 Octobre

Les Collines de l'Est Parisien
Balade Commentée **avec Eric**

Dimanche 23 Octobre

d'Île en île de Bécon à Garches
20 Km avec Brigitte C.

Samedi 5 Novembre

Marche Sportive
30 Km avec Pascale

Dimanche 6 Novembre

Autour du Camp de Satory
24 Km avec Patricia

Dimanche 13 Novembre

Journée

Autour de Sèvres
24 Km avec Lydia

Après-midi

du Pont de Saint-Cloud à Bougival
12 Km avec Brigitte S.

Jeudi 17 Novembre

En suivant le fil d'Ariane (Cergy)
40 ans d'architecture et d'urbanisme
10 Km avec Gérard

Samedi 19 Novembre Matin

Les places royales de Paris
Balade commentée avec Pascale

Dimanche 20 Novembre

Autour de Vallangoujard
26 Km avec Gilles

Dimanche 27 Novembre

Les Buttes du Parisis
20 Km avec Pascale

Dimanche 4 Décembre



PASAPAS vous invite à participer
à la Marche de Téléthon à Saint-Germain-en-Laye
Accompagnement 29 Km et 13 Km
Inscription préalable obligatoire
Participation financière : 15 € ou plus au profit de l'Association
Française de lutte contre les myopathies (AFM)

Samedi 10 Décembre



Randonnée + Repas de Fin d'Année
Tarif Ultérieurement
Réservé au Adhérents

Dimanche 11 Décembre

Le Sentier du Grand Paris (de Créteil à Brunoy)

21 Km avec Gilles

Samedi 17 Décembre

Marche Rapide

25 Km avec Lydia

Dimanche 18 Décembre

d'Etoile à Nation

22 Km avec Patricia

Dimanche 8 Janvier

Journée

de Vernouillet au Parc de la Bruneterie

21 Km avec Brigitte C.

Après-midi

Sentier des Péniches et Passerelles
entre Neuilly et Saint Cloud

12 Km avec Brigitte S.

Dimanche 15 Janvier



Randonnée Galette + 2 Randos

Tarif Ultérieurement

Réservé au Adhérents

Samedi 21 Janvier

Marche Rapide

25 Km avec Lydia

Dimanche 22 Janvier

de la Porte de la Villette à la Gare de Lyon

18 Km avec Gérard

Dimanche 29 Janvier

de l'Île Saint Germain au Pont de Sèvres
(randonnée commentée)

18 Km avec Pascale

Infos pratiques

Vos animateurs



En haut et de gauche à droite : Lydia, Gérard, Brigitte C., Patricia, Brigitte S., Evelyne
En bas et de gauche à droite : Marie-Pierre, Gilles, Pascale

Nous contacter : PASAPAS. Maison des Associations. Espace Gaultier
73 Rue Gaultier. 92400 Courbevoie. **Mail :** pasapas@pasapascourbevoie.com
Permanences voir www.pasapascourbevoie.com page d'accueil

Pour connaître tous les détails de votre randonnée (lieu, allure, rendez-vous,...) www.pasapascourbevoie.com Page Rendez-vous

*Ces informations sont disponibles dès le **Jeudi précédent** la randonnée*

Conduite correcte et courtoise vis-à-vis des autres membres et des personnes rencontrées au cours des randonnées, respect du milieu naturel ainsi que les cultures, se conformer aux directives données par les animateurs, **notamment pour les traversées de routes qui se font groupées** et respecter les règles et obligations précisées dans la charte du randonneur FFRP

Hors Portes Ouvertes, pour toutes les sorties et si vous êtes « **visiteur** », un défraiement de 5€ vous sera demandé. Il pourra être déduit du prix de la cotisation si l'adhésion au Club se fait dans la semaine qui suit la sortie

Pour les **premières randonnées**, n'oubliez pas de vous munir de :

- ✓ Chaussures adaptées (plates et de préférence crantées)
- ✓ Vêtement de pluie
- ✓ Trousse « 1ers soins » (ampoules, égratignures,...)
- ✓ Pique-nique, gourde ou bouteille d'eau
- ✓ Quelques friandises pour les petits creux ! (barres de céréales, fruits secs,...)