

L'Essonne... à pied®

infos pratiques de la **FFRandonnée** : Voir page 4

N°	Durée	Nom du circuit	page	N°	Durée	Nom du circuit	page
1	3h15	Les Canches	18	21	3h30	L'abbaye de l'Ouÿe	66
2	4h	La platière de Coquibus	20	22	4h15	La forêt de Dourdan	68
3	1h30	Autour du château de Courances	22	23	6h30	De l'Orge au Rouillon	70
4	3h	Le Cyclop	24	24	3h15	Le chêne Saint-Louis	74
5	6h30	De l'Essonne à l'École	26	25	3h45	La basilique de Longpont-sur-Orge	76
6	7h	La vallée de l'Essonne	30	26	3h30	Le bois de Chanteraine	80
7	3h	Les crêtes de Soisy-sur-École	36	27	3h15	Le point du jour	82
8	4h	Le château de Farcheville	38	28	3h	Entre plateau et vallée à Gif-sur-Yvette	84
9	4h	La voie du Tacot	40	29	4h	Le grand tour de Villebon	86
10	4h15	La vallée de l'Éclimont	42	30	4h	Les rigoles du Plateau	88
11	2h45	La Charbonnière	44	31	2h	Les chemins de Massy	90
12	3h	La vallée de la Marette	46	32	4h	Les vallées de la Bièvre et de la Sygrie	92
13	4h	La boucle des Plateaux	48	33	3h	Entre Seine et Sénart	94
14	4h45	La vallée aux Trois Rivières	50	34	5h	Sur les traces de Caillebotte	96
15	3h	Les Croubis	52	35	4h	La vallée de l'Yerres	100
16	6h30	Entre Beauce et Hurepoix	54	36	5h	Le chemin des Marais	104
17	3h30	Saureville	58	37	3h45	De la ville à la campagne	106
18	3h	Auvers-Saint-Georges	60	38	6h30	Malvoisine	110
19	5h	Les hauteurs de la Juine	62	39	5h	Le rocher Bizet	112
20	3h30	La porte des Bourdeaux	64	40	3h	La boucle des Bois	114



Les PR 4, 8, 9, 17, 20, 33 et 40 sont adaptés à la pratique de la marche nordique.



Bien préparer sa randonnée

COTATION DES ITINÉRAIRES DE RANDONNÉE

Le système de cotation de la FFRandonnée est un outil d'information et d'aide à la décision, permettant au randonneur de choisir des randonnées adaptées à ses capacités.

Il repose sur trois critères : effort, technicité, risque. Leur conjugaison permet d'exprimer la réelle difficulté de chaque randonnée pédestre.

À cela s'ajoutent d'autres facteurs qui sont : la condition physique du participant, le poids du sac, la nature du sol, le niveau du groupe, la durée (en terme de répétition sur plusieurs jours), les conditions météorologiques.

La cotation s'entend hors manteau neigeux dans des conditions optimales.

Dans le présent topo-guide, seul le niveau d'effort est indiqué.

EFFORT

5 niveaux d'effort physique déterminés sur la base du calcul de l'indice IBP

- **1 - Facile** : sans difficulté physique particulière. Ce niveau correspond aux balades et aux promenades.
- **2 - Assez facile** : peu de difficulté physique. Ce niveau correspond aux promenades et à de petites randonnées.
- **3 - Peu difficile** : un certain engagement physique qui reste toutefois mesuré. Ce niveau correspond à des randonnées pédestres modérées.
- **4 - Assez difficile** : des difficultés nécessitant un engagement physique certain. Ce niveau correspond à des randonnées pédestres plus soutenues.
- **5 - Difficile** : des difficultés nécessitant un engagement physique important. Ce niveau correspond à des randonnées pédestres très soutenues.



TECHNICITÉ

C'est la présence ou non d'obstacles plus ou moins importants.

- **1 - Facile** : parcours ne présentant quasiment aucun obstacle particulier, ni de difficulté de progression (ex : parcours urbain). La pose du pied s'effectue à plat, en tout endroit du support.
- **2 - Assez facile** : des obstacles d'une taille inférieure ou égale à la hauteur de la cheville. La pose du pied s'effectue en recherchant des zones « à plat » ou « confortables » et assez facilement repérables.
- **3 - Peu difficile** : au moins un obstacle d'une taille inférieure ou égale à la hauteur du genou. La pose du pied s'adapte à l'irrégularité du support, les appuis se font sur les zones de meilleure adhérence.
- **4 - Assez difficile** : au moins un obstacle d'une taille inférieure ou égale à la hauteur de la hanche. La pose du pied (pointe ou talon) s'adapte à l'irrégularité du support.
- **5 - Difficile** : au moins un obstacle d'une taille supérieure à la hauteur de la hanche. Les franchissements nécessitent l'utilisation des mains. Les passages peuvent être ou sont sécurisés par des équipements. Les bâtons peuvent gêner à la progression.





RISQUE

C'est le risque d'accidents corporels consécutifs à une chute ou une glissade donc lié à la configuration topographique des lieux.

- **1 - Faible** : l'exposition au danger est « mineure » (exemples : chemin blanc en forêt, voie verte, itinéraires urbains avec aménagements piétonniers, itinéraires ruraux sans accidents de terrain marqués...).
- **2 - Assez faible** : l'exposition au danger reste limitée. Les blessures sont possibles (exemples : chemin au relief un peu marqué avec présence possible de talus, luxation et entorses possibles en cas de chute...).
- **3 - Peu élevé** : l'exposition au danger est avérée (exemple : itinéraire valonné exposant le randonneur sur certains passages à de graves blessures (fractures...)).
- **4 - Assez élevé** : l'exposition au danger peut être qualifiée de forte. Les possibilités de blessures graves sont réelles et multiples. Le danger de mort est possible (exemples : itinéraire de randonnée de montagne présentant des passages délicats à fort dévers, pentes raides exposées multiples, présence de barres rocheuses...).
- **5 - Élevé** : risque élevé d'accidents (consécutifs à une chute ou glissade). L'exposition au danger peut être qualifiée de « maximale ». Le danger de mort est certain en cas de chute (exemple : itinéraire de type alpin avec engagement physique total, falaises, barres rocheuses multiples, itinéraires pouvant être équipés de prises et de mains courantes).



Un PR labellisé par le Comité départemental de la randonnée pédestre est un itinéraire reconnu de qualité (paysages variés et présence de curiosités naturelles ou historiques) et qui satisfait aux conditions de pérennité, de sécurité et de respect des milieux traversés.

COMMENT SE RENDRE SUR PLACE ?

En voiture

Tous les points de départ sont accessibles par la route. Un parking, indiqué par une signalétique routière, est situé à proximité du départ de chaque randonnée. Ne laissez pas d'objet apparent dans votre véhicule.

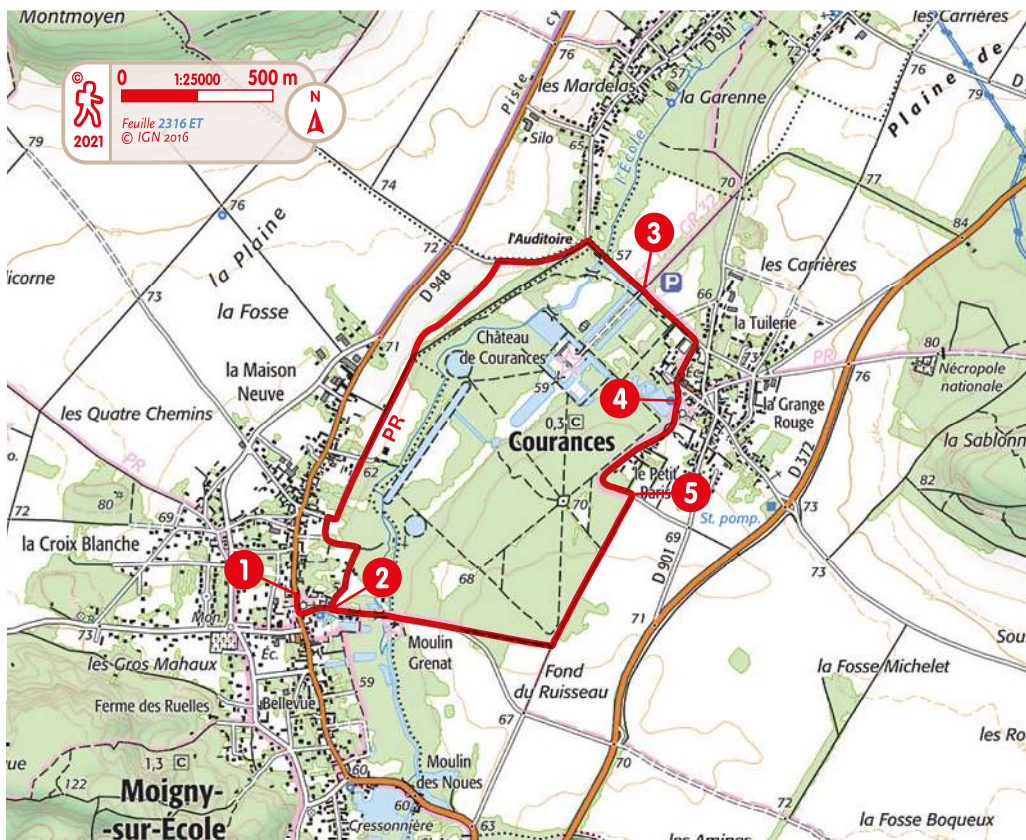
Veillez à ce que votre véhicule ne gêne pas le passage des engins forestiers ou agricoles, même le dimanche. Il est interdit de stationner derrière les barrières de routes forestières.

Par les transports en commun

L'accès par les transports en commun est signalé à la rubrique Situation de chaque itinéraire. Attention, certains services sont réduits ou inexistantes les week-ends, jours fériés et période de congés scolaires.

SNCF > tél. 36 35 ou www.transilien.com

Cars et bus > contactez l'office du tourisme ou le syndicat d'initiative (voir coordonnées page 7)



PATRIMOINE

COURANCES, UN CHÂTEAU LOUIS XIII TOUJOURS HABITÉ

Construit entre 1622 et 1630 par Claude Gallard, le château de Courances a connu de nombreux changements au fil des siècles.

Après avoir été laissé à l'abandon au cours du XIX^e siècle, il fut entièrement restauré à partir de 1872 par le baron Samuel de Haber, riche banquier suisse à la recherche d'une grande demeure. Le

baron en a profité pour rajouter des éléments importants, dont le fameux escalier en fer à cheval, copié sur le château de Fontainebleau, et les briques rouges sur les façades, typiques de l'époque Louis XIII.

Aujourd'hui, le château est encore privé.
Il abrite quatre générations de Ganay.

CHÂTEAU DE COURANCES / PHOTO COMITÉ 91





Autour du château de Courances

Deux villages de charme, la vallée de l'École, un château avec un parc remarquable et un verger pédagogique : d'intéressantes découvertes à faire lors d'une petite randonnée familiale.

- 1** Du parking de l'église [👁 > église de Moigny-sur-École (XII^e-XV^e)], descendre la rue de la Source et prendre la rue du Moulin vers la gauche.
- 2** S'engager à gauche sur le chemin du Moutonnier. Il se dirige vers le verger pédagogique. Continuer par le chemin du Lavoir, puis celui du Vault jusqu'à l'entrée du pré. Passer la chicane en bois, poursuivre à travers le pré en longeant le mur et ressortir de l'autre côté. Passer en bordure de la haie. Emprunter la route à droite, puis la D 901 à droite jusqu'à l'entrée du château.
- 3** Continuer tout droit (GR® 11 et 32), tourner à droite dans la rue de l'Abreuvoir et par la rue du Moulin à gauche, déboucher devant la mairie.
- 4** Tourner à droite, passer devant l'église et suivre la rue du Petit-Paris le long du mur du château. La rue dessine un virage à gauche.
- 5** À l'angle du mur, aller à droite. À l'extrémité du mur, prendre à droite la petite sente, poursuivre par la route, franchir la rivière au gué du moulin Grenat et continuer dans la rue du Moulin.
- 2** Poursuivre tout droit et rejoindre le point de départ.



JARDIN JAPONAIS DU CHÂTEAU DE COURANCES / PHOTO COMITÉ 91

3



1 h 30
4,5 km

S SITUATION

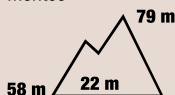
Moigny-sur-École, à 48 km au sud-est de Paris par les A 6 et D 372 et à 3 km au nord de Milly-la-Forêt par la D 948

P PARKING

église
Coordonnées GPS :
N 48.43417° –
E 2.45727°

/ DÉNIVELÉE

altitude mini et maxi,
dénivelée cumulée à la
montée



B BALISAGE

jaune

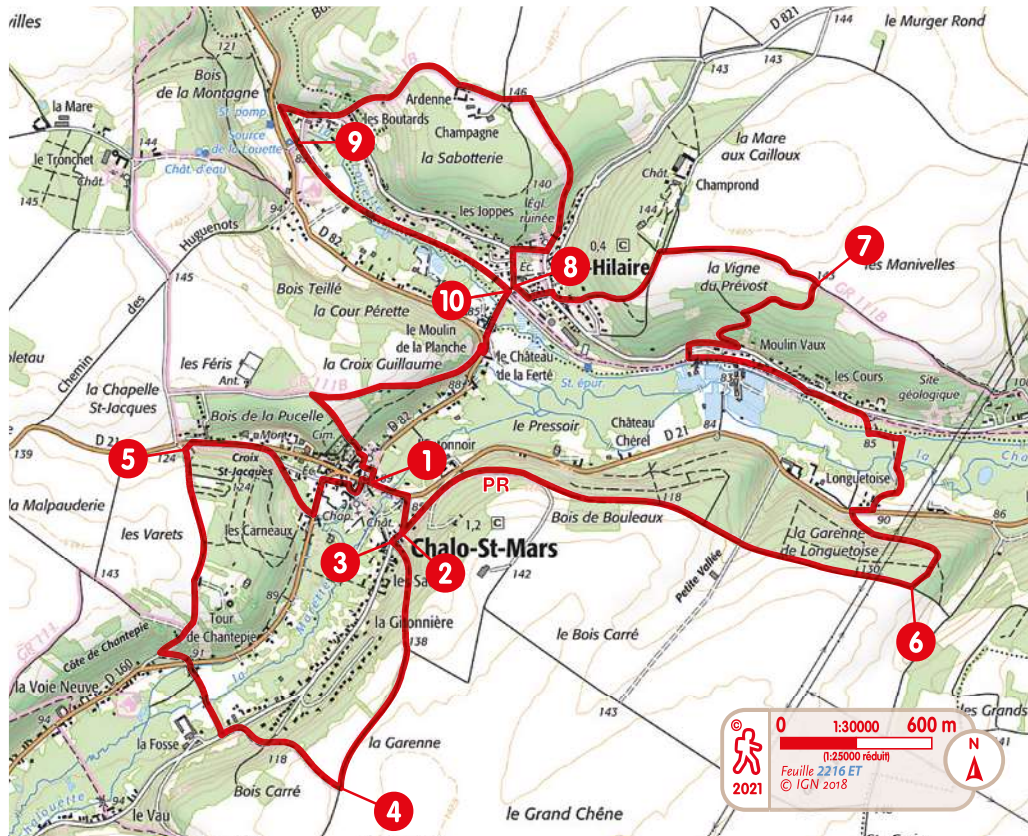
À DÉCOUVRIR...

> En chemin

- Moigny-sur-École : cressonnières, église XII^e-XV^e
- Courances : château XVII^e

> Dans la région

- Dannemois : église Saint-Mammès, moulin, tombe et statue de Claude François
- Milly-la-Forêt : Cyclop, halle XV^e, maison de Jean Cocteau, chapelle Saint-Blaise (fresques de Jean Cocteau), Conservatoire national des Plantes médicinales
- Soisy-sur-École : verrerie d'art



GÉOGRAPHIE

QUAND LES RIVIÈRES S'EMMÊLENT

À Châlo-Saint-Mars, il n'est pas facile de suivre le cours de la rivière. À l'est, coule la Marette, à l'ouest, la Chalouette, longue de 15 km, dont la source se trouve à Chalou-Moulineux. Ce nom, comme celui de Châlo, pourrait venir de la racine indo-

européenne « kal » qui désigne la pierre. La Chalouette serait donc la rivière caillouteuse. Elle fut largement détournée et canalisée pour alimenter les moulins de la vallée.

Le plus étonnant est que tout au long de leurs tracés, ces deux rivières ne cessent de s'entrecroiser du fait de la succession des biefs des moulins. Elles sont parfois reliées entre elles par des cours d'eau transversaux, donnant lieu à un réseau hydrographique bien compliqué !



LOUETTE, CHALOUETTE OU
MARETTE / PHOTO COMITÉ 91



La vallée aux Trois Rivières

Chalouette, Louette et Marette animent la vallée creusée dans le plateau beauceron. Découvrez ses coteaux boisés, les points de vue du plateau et d'agréables chemins champêtres ! Dans les vallées, vous traverserez des milieux humides dans lesquels les cressonnières ont été implantées.

1 Du parking, prendre la D 21 à gauche, franchir le pont sur la Marette et tourner à droite vers Les Sablons

2 Laisser la rue à gauche.

3 Monter l'impasse des Sablons à gauche. Continuer par le sentier en sous-bois et, en haut, par le chemin à droite sur 600 m.

4 Tourner à droite le long de la haie, franchir la barrière et dévaler la pente boisée. Prendre la route à gauche sur 25 m, puis le chemin de la Fosse-au-Malsanson à droite. Il franchit la Marette puis la Chalouette. Traverser la D 160 vers la gauche, monter le chemin, puis la route à droite. Poursuivre tout droit par le chemin.

5 Descendre la D 21 à droite sur 200 m, bifurquer sur le chemin des Carneaux à droite et rester à droite. Prendre la D 160 à gauche, la sente de la Pelleterie à droite et la rue à droite. Elle vire à gauche. Suivre la D 21 à droite et retrouver le parking.

1 Du parking, prendre la D 21 à gauche, franchir le pont sur la Marette et tourner à droite vers Les Sablons.

2 Monter la rue à gauche en épingle et continuer par la route à droite. Bifurquer sur le chemin en lisière à gauche. Couper la route et poursuivre.

6 Après la ligne électrique, descendre le sentier à gauche. Il vire à gauche. Prendre la D 21 à droite sur 100 m, la sente de la Longuetoise à gauche et franchir les deux rivières. Longer la piste cyclable à gauche. Après les cressonnières, gravir l'escalier à droite. Emprunter la route à droite, puis grimper en épingle à gauche par le sentier de la Louette.

7 En haut, prendre le chemin à gauche. Descendre à gauche en lisière et rester à droite. Continuer en face rue Chenu. Tourner à droite allée des Tilleuls et déboucher rue de la Louette.

8 Poursuivre en face allée Sainte-Segonde. Emprunter la rue à droite, puis la rue du Prieuré à gauche. Monter par le sentier à gauche en sous-bois. En haut, prendre la route à gauche, dépasser les fermes et continuer par le chemin. Il descend à gauche et devient rue des Boutards. Avant le virage à gauche, partir à droite entre les maisons. Obliquer à gauche en épingle, grimper sur le remblai et parcourir le chemin à gauche.

9 Passer le pont qui enjambe la route et longer la Louette.

10 Prendre la D 821 à droite sur 250 m, la D 82 à droite en épingle sur 10 m et gravir la route à gauche. Sur le plateau, descendre la route à gauche, longer le cimetière, contourner l'église par la droite, franchir la passerelle, tourner à droite et, à gauche, rejoindre le parking.

14



4 h 45

16 km

S SITUATION

Chalo-Saint Mars, à 5 km à l'ouest d'Étampes par la D 21

P PARKING

place A.-Bouniol (D 21), en face du château
Coordonnées GPS :
N 48.42647° –
E 2.06833°

7 DÉNIVELÉE

altitude mini et maxi, dénivellée cumulée à la montée



B BALISAGE

jaune

À DÉCOUVRIR...

> En chemin

- Chalo-Saint-Mars : château, église Saint-Médard ^{XII^e}
- vallées de la Chalouette, de la Louette et de la Marette
- Saint-Hilaire : ruines de l'église
- points de vue
- cressonnières
- ancienne voie ferrée

> Dans la région

- Étampes : musée, église, tour Guinette ^{XII^e}, maisons anciennes, hôtel-Dieu
- Méréville : parc, halle