

Bien équipé, comme notre reporter Sylvain Merle, suivez la boucle du GR1 depuis la porte Maillot et découvrez toute la diversité des paysages franciliens.

LE TOUR DU GRAND PARIS À PIED

Avec le GR1, c'est l'aventure près de chez soi

Jusqu'au 22 août, les journalistes du « Parisien » vont sillonner le sentier de randonnée qui fait tout le tour de l'Ile-de-France, avec un crochet dans l'Oise. Avant la première étape, voici une présentation de cet itinéraire extraordinaire de près de 600 km.

PAR SYLVAIN MERLE

ILS SONT SYNONYMES de virées au long cours sac au dos, de kilomètres avalés par dizaines, de nuits en gîte d'étape... Ce sont les sentiers GR® – la marque est déposée – pour « grande randonnée », chemins permettant de marcher plusieurs journées voire semaines d'affilée. Des excursions qui fleurissent bon l'aventure. On les reconnaît à ces petites marques en rouge et blanc peintes sur les roches, les arbres et les poteaux qui jalonnent leur tracé, signes qu'on aimait tant croire, enfant, être l'œuvre d'Indiens cachés alentours... L'aventure, toujours.

Cette aventure, on la court dans toute la France qui compte 350 GR et près de 110 000 km de tracés, des Pyrénées aux Alpes, du Morvan à l'Alsace, en Suisse normande, en Aquitaine ou en Corse. En Ile-de-France aussi, traversée par le n° 2, qui suit la Seine, le n° 22 filant droit au Mont-Saint-Michel (Manche), ou le 14 qui grimpe en Belgique. Et puis le GR1, lui qui embrasse tout Paris et sa région avec une boucle d'environ 600 km.

Voyagez dans le Paris, le Hurepoix, le Gâtinais, le Multien, la Brie...

« C'est le n° 1 mais pas le premier GR de France de l'histoire, précise Christian Derappe, vice-président du comité francilien de la Fédération française de randonnée. Officiellement, c'est un tronçon du GR 3 de 28 km qui a été inauguré en premier en 1947, à Orléans (Loiret) ». Le 1 suivra, lui qui fera l'objet en 1957 du tout premier topoguide édité alors par le Comité national des sentiers de grande randonnée (CNSGR), devenu depuis la

Fédération française de randonnée pédestre (FFRP).

Regroupement d'associations de jeunesse, de voyage et de nature, ce comité vient alors de se créer et, partout en France, des centaines de bénévoles balisent les parcours. Il y a des membres du Camping Club de France, des Clubs alpin et vosgien, des Excursionnistes marseillais, des scouts... et aussi ceux du Touring Club de France qui avait son siège avenue de la Grande-Armée, à Paris, à quelques pas de la porte Maillot. Le GR1

y prendra donc naissance. Il s'entame par une portion ultra-urbanisée pour mieux s'échapper dans les bois et goûter le calme retrouvé sous les futaies. Cap à l'Ouest, direction Saint-Nom-La-Bretèche (Yvelines) où débute cette boucle qu'on prend dans le sens des aiguilles d'une montre, englobant une partie de la ceinture verte, ruban de forêts qui s'enroule autour de la capitale. On passe de bois en forêts, Marly, Hautilly et Ermenonville, Fontainebleau évidemment, Dourdan, Rambouillet...

Passant par les quatre parcs naturels régionaux, la route croise ou épouse des cours d'eau, dans le désordre l'Aubette, l'Oise et l'Yvette, l'Orge ou encore la Juine, l'Essonne, la Viosne ou bien l'Ourcq, la Marne... Aborde des châteaux – Vigny, Blandy-les-Tours, Vaux-le-Vicomte – des églises, évidemment, pénètre des hauts lieux de la peinture... Le randonneur – un temps, on disait excursionniste, touriste

pédestre ou simplement promeneur – voyage au travers du Hurepoix, du Parisis et du Gâtinais, de la Brie ou encore du Multien... Des noms porteurs de tant de promesses.

On en voit des pays en Ile-de-France. Et on va vous en faire voir. Pendant six semaines, cet été, nos reporters se relayeront pour boucler la boucle, cheminer sur ces sen-

tiers et aller à la rencontre de ceux qui les habitent et les animent, de son patrimoine, osant le pas de côté parfois, à l'affût de sa faune, si elle daigne se montrer, attentif à sa flore, à la quête de ces richesses juste là, à portée de main. A quelques pas.

« Un jour de sentier, c'est huit jours de santé »

« D'emblée, ceux qui ont créé ce sentier ont pensé à des randonnées à la journée ou sur deux jours, reprend Christian Derappe. C'est pourquoi le trajet va d'une gare à une autre. » C'est l'aventure, certes, mais de celle qu'on mesure, qu'on attaque à son rythme, avec la possibilité de picorer, un jour par ci, deux par là... « Un jour de sentier, c'est huit jours de santé », dit encore un adage chez les randonneurs. On vous en promet 36, égrenés tout l'été, et autant d'échappées belles. Allez, venez, on vous fait marcher !

A votre rythme, profitez des différentes étapes pour admirer la faune et la flore des quatre parcs naturels régionaux.

Avant le départ

On s'assure

De la météo de la journée, des risques majeurs (orages, inondations, grêle...).

D'étudier le parcours,

de réserver son hébergement si on opte pour l'itinérance. D'éventuelles interruptions de sentiers, signalés sur le site Mongr.fr notamment.

On prend

Un sac à dos, de l'eau et un peu de nourriture, quelques fruits secs par exemple, pour faire le plein.

Une trousse de secours de base, de quoi désinfecter et des pansements.

Son portable qui fera GPS.

Une batterie de secours si on en a une. Il existe de nombreuses applications de rando, mais la bonne vieille carte fait aussi l'affaire. Pour le GR1, le comité francilien de la FFRP édite « Tour de l'Ile-de-France », guide descriptif*.

Un vêtement chaud,

un autre pour la pluie, un chapeau et de la crème solaire. De bonnes chaussures, fermées. Pour le GR1, des chaussures basses peuvent suffire.

* 10 € sur www.idf.frandonnee.fr/

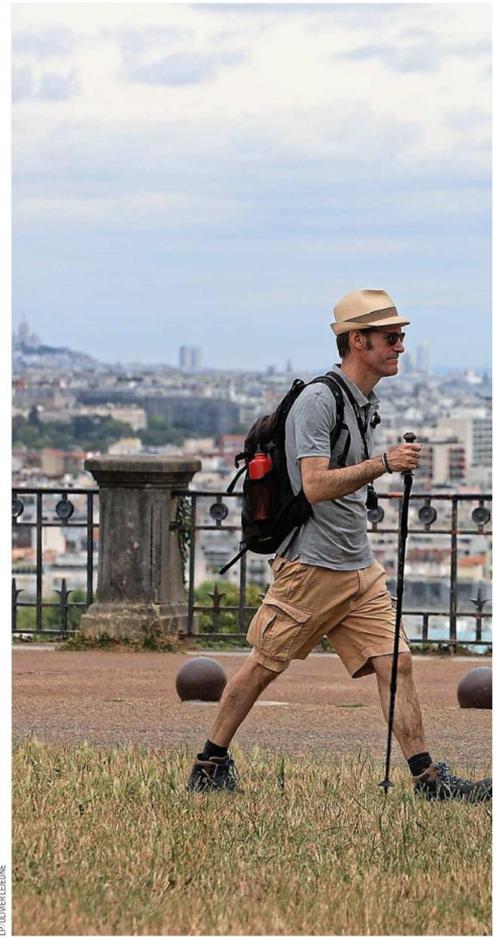


« Ceux qui ont créé ce sentier ont pensé à des randonnées à la journée ou sur deux jours, c'est pourquoi le trajet va d'une gare à une autre »

CHRISTIAN DERAPPE, COMITÉ FRANCILIEN DE LA FFRP



LP/RHAMEL/RETO



LP/OLIVIERLELENE



Le balisage

En rouge et blanc

Apposés sur les arbres, les roches, le mobilier urbain ou les murs, ces signes jalonnent le tracé et montrent la voie. Pour les GR, c'est blanc (pour qu'on puisse les voir à la tombée de la nuit) et rouge.

Il en existe trois principaux : deux traits l'un sur l'autre — un blanc, un rouge —, c'est le bon chemin. Une flèche blanche ajoutée en dessous, on tourne.

Une croix bicolor, mauvaise direction. On chemine de balise en balise. Ça rassure de les voir. A l'inverse, on s'inquiète un peu quand elles se font rares... « Depuis une balise, on doit pouvoir apercevoir la suivante, explique Valérie Lecurieux, responsable des itinéraires à la Fédération française de randonnée pédestre (FFRP).

La végétation peut compliquer la tâche, mais on balise aussi avec bon sens. Si on marche sur un chemin de halage avec la Seine d'un côté et une route de l'autre, on va tout droit. » Ce sont des bénévoles, les pionniers des GR tracés dès la fin des années 1940, qui ont balisé les voies. Et aujourd'hui près de 9 000 volontaires qui les entretiennent et contrôlent « au moins une fois par an » que ces marques sont encore visibles.



Sur votre route, ne manquez pas le château de Vigny (Val-d'Oise), où fut tourné notamment le film « Les Barbouzes », LP/OLIVIER BOTET



Remontez le temps dans la cité épiscopale de Meaux (Seine-et-Marne), ancienne capitale de la Brie. MATHIAS STUDIO/OFFICE DE TOURISME PAYS DE MEAUX



Prenez de la hauteur au château fort de Blandy-les-Tours (77). LP/JEAN-BAPTISTE QUENTIN



Le majestueux château de Vaux-le-Vicomte, à Maincy (77), est le plus grand monument privé en France. LP/ARNAUD JOURNOIS



Au cœur de la vallée classée de la Juine, entre collines et forêts, Saint-Sulpice-de-Favières (Essonne) possède un joyau : son église. THIERRY DASET



LUNDI

De la porte Maillot, à Paris, à la gare de Vauresson (92)