

NOS TOPO-GUIDES®

>> DÉCOUVRIR PARIS... À PIED !



-NOUVEAU-
Sports et histoires de Paris à pied®

12,40€



Paris... à pied, les 3 grandes traversées soit 75 km.

18,40€



En vente lors de la Panamée® dans toutes les bonnes librairies, auprès de notre comité et sur : www.rando-paris.org

CLUBS

- Actuel XV** www.kanavas.com/actuelXV1235
- Amitié et Loisirs Île-de-France**
amitieloisirs.wix.com/amitie-et-loisirs
- Amigo Rando** amigorando.fr
- A pied en Île-de-France** rando-apedeniledefrance.fr
- Chemins Faisant** chemins-faisant.jimdofree.com
- CIHM** www.cihm.info
- La Patte Agile** www.lapatteagile.fr
- Lutèce Rando** cloallu@orange.fr
- Marchepied** marchepiedparis.wixsite.com/website
- Randif** randif.fr
- Randonnées & Culture**
randonnees-et-culture.over-blog.com
- Randonneurs de Paris RDP**
randonneursdeparisrdp.blogspot.com
- Randonneurs d'Île-de-France RIF** www.rifrando.fr
- Randonneurs du XI^e**
www.randonneursdu11eme.org
- Randonneurs & Ajistes du XX^e**
randonneursetajistesduvingtieme.jimdofree.com
- Rando's IdF** randos-idf.fr
- RandoSol** asrandosol@gmail.com
- Rand'oz** www.rand.oz.fr
- TCF Randonnée** www.tcf-randonnee.com
- Union Sportive des Cheminots Ouest Rive Gauche USCORG** uscorg@club-internet.fr

La RANDO en CLUB c'est toute l'année !

CLUBS OUVERTS AU PUBLIC

CLUBS OUVERTS SOUS CONDITIONS

- ACL Natixis
- ADR BNP délégation Paris IdF
- AS Banque de France
- ASC BNP Paribas
- Le Club des Amis
- Relais Amical Paris Chabrol
- Relais Amical de Paris Juge
- Union des anciens du groupe BP
- USAC Île-de-France

Avec le soutien de : VILLE DE PARIS

Notre réseau : www.ffrandonnee.fr
www.ffrandonnee-idf.fr

Comité éditorial : Daniel RAMEY & Jean-Marc GILANT
Graphisme : Agathe Darrouzet - Réalisation : Anne Hémerly
© Droits réservés : CDRP 75 - Paris

FFRandonnée®
les chemins, une richesse partagée
Paris

Gazette de la PANAMÉE®



Jeudi 21 novembre 2024

Les bonnes Tables Étoilées ★★

FFRandonnée®
les chemins, une richesse partagée

Paris

FFRandonnée Paris
6 rue Paulin Enfert
75013 PARIS
01 46 36 95 70
paris@ffrandonnee.fr
www.rando-paris.org
Permanence sur rendez-vous.



FFRandonnée Paris

La Panamée® :
3^{ème} jeudi
de chaque mois pendant
3 heures
7,5 Km
de randonnée culturelle et gratuite dans Paris

Photos: JG Guine! Cdrp75 - cc freepik - Montage Anne H



DÉPART 19H :
Place du Palais Royal.
Métro Palais Royal - Musée du Louvre, lignes 1 et 7.

ARRIVÉE VERS 22H :
Place Clemenceau.
Métro Champs-Élysées Clemenceau, lignes 1 et 13.

Merci de ne pas me jeter sur la voie publique

★ Les bonnes Tables Étoilées ★

"**Bien boire, bien manger**" une formule qui fait consensus certes dans le cœur des Français mais aussi dans leur corps... D'ailleurs il semble que les touristes étrangers plébiscitent évidemment les monuments, les Jeux Olympiques, mais ils vantent presque autant la gastronomie française.



Restaurant à Paris - Panamée Les Anges en 2023 - JP Guinel

Ah le grand mot qui fait débat et quand il est question de nourriture cela ne rigole pas, certains pensent que ce sont les Français, à commencer par eux, qui ont inventé la **Gastronomie et le restaurant**, mais d'autres évoquent du bout des lèvres que les Chinois ou les Italiens... y seraient bien pour quelque chose.

On parle d'un certain **Mathurin Roze de Chantoiseau** dans le quartier actuel du **Louvre** qui au milieu du XVIII^{ème} siècle avait ouvert un endroit pour manger, à l'intérieur, sur une table individuelle, en choisissant son plat, confortant ainsi la gastronomie dite à la française en ajoutant à la qualité de la nourriture, le cadre et la manière. D'ailleurs il semble qu'il a lancé le **concept du restaurant**, sa devise était alors "*venez à moi, ceux dont l'estomac souffre et je vous restaurerai*".

★ ★ ★

Vaste programme et controverse garantie parce qu'il a fallu choisir non seulement entre les différents postulants au titre de génie créateur, mais aussi quelques-unes des adresses entre la **place du Palais Royal** et la **place Clemenceau**. Ce sera le menu du soir de la Panamée® qui pour une fois abandonne ses traditionnelles balises et les remplace par des Étoiles :

tout un Chemin de... choix !

VIE DES PANAMÉE® :

Retour sur la Panamée® du 17 octobre 2024, la Mode...

Ce fut une Panamée® arrosée, du moins dans sa première partie, comme nous n'en avons pas connue depuis plusieurs années... Ceci expliquant cela nous fûmes environ 130 sous la pluie au départ près de la Gaieté Lyrique, équipés "**Mode pluie**" et pas loin d'être encore 130 à l'arrivée par temps sec après le Palais Galliera devant le musée Guimet.

Une Panamée® agréable d'abord dans le Sentier, puis autour du **Louvre**, le long de la **Seine**, un arrêt à hauteur de la chambre syndicale de la couture, le suivant à hauteur du **musée des Arts Décoratifs**, et le 3^{ème} derrière l'**espace Pierre Cardin** dans les **jardins des Champs Élysées** un peu d'**avenue Montaigne** et le **musée Christian Dior**, une autre **avenue Marceaux** et l'**espace Yves Saint-Laurent**.

Merci à tous !



Panamée oct 2024 - DR - FRando 75

LA VIE DU COMITÉ

>> ENQUÊTE PANAMÉE®

"**Votre avis nous intéresse**", depuis plusieurs années nous vous sollicitons afin de mieux vous connaître et recueillir votre avis pour faire évoluer la Panamée®. Le questionnaire est en ligne sur rando-paris.org ; et nous distribuons quelques formulaires papier lors de la Panamée®.

Enquête Panamée® **Votre avis nous intéresse !**

Quelques chiffres extraits du sondage de décembre 2023 sur 380 réponses :

- A noter la moyenne de participants oscille entre 400 et 450 (*hors événements exceptionnels, grosses pluies, grèves...*).
- 77% sont des participantes, 40% des participants habitent Paris, 38% dans les départements voisins 92,93 et 94.
- 25% des participants adhèrent à la Fédération Française de la Randonnée Pédestre, 10% ont participé à plus de 50 Panamée® et 50% à 5 et moins.

>> LE P'TIT COUP D'OEIL DANS LE RÉTRO...

La première Panamée® dans Paris illuminé, c'était le 17 décembre 2004, 20 ans avant la Panamée® à venir du 19 décembre 2024. En ce temps-là, nous avions eu quelques soucis avec la Préfecture pour descendre les Champs Élysées, les Randopanameurs inauguraient leur nouvelle chasuble et le public était déjà là environ 380 participants !



Paris Illuminé déc. 2022 - Jean-Pierre Guinel

>> PARIS À PIED

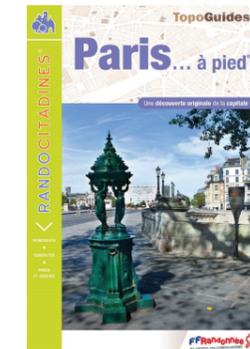
Le TopoGuide des trois traversées de Paris !

Si le **TopoGuide Sports et histoires de Paris à pied**, ou 50 km sur le GR® 75 a retenu beaucoup d'attention, à juste titre en cette année des Jeux Olympiques et Paralympiques, un autre de nos **TopoGuides** sur Paris est toujours et plus que jamais d'actualité...

Avec **Paris... à pied**, c'est en effet une autre approche de la marche en ville et ce depuis plusieurs années, avec **3 grandes traversées de Paris d'une vingtaine de kilomètres chacune**, décrites comme dans tous nos topos en parcours de 4 km environ chacun.

L'une, la **n°1 d'Ouest en Est** du Bois de Boulogne à celui de Vincennes, l'autre, la **n°2 du Nord au Sud** de la Villette à la cité Universitaire et enfin la **n°3 de la Porte Maillot à la Porte Dorée** en épousant le relief des collines et Buttes du Nord de Paris. En vente au prix de 18,40 € sur le site du Comité :

www.rando-paris.org



PROCHAINES PANAMÉE®

JEUDI 19 DÉCEMBRE 2024 PARIS ILLUMINÉ !

Ce sera la vingtième édition de la Panamée® des illuminations dans Paris, l'itinéraire lui ressemblera, avec à la fois du charmant et de l'époustouflant !

■ Départ 19h :

Esplanade des Invalides, devant l'ancien aérogare.
Métro Invalides, lignes 8 et 13.

📍 Arrivée vers 22h :

Place de l'Hôtel de Ville
Métro Hôtel de Ville, lignes 1 et 11.



Paris Illuminé déc. 2022 - Jean-Pierre Guinel

JEUDI 16 JANVIER 2025 SUSPENSE...

La thématique du mois de janvier est en délibéré pour l'instant, mais Notre-Dame pèse son poids...

■ Départ 19h :

à une station de métro.

📍 Arrivée vers 22h :

à une autre station de métro.



Notre-Dame à la Panamée les Anges - JP Guinel