

Randonnées : avec le GR1, c'est près de 600 km d'aventures en Ile-de-France

Du 13 juillet au 22 août, Le Parisien va sillonner le GR1, 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.



La première étape du GR1, entre la porte Maillot et Vaucresson, est à découvrir lundi 13 juillet avec le Parisien. Ici le parc de Saint Cloud avec la vue sur la tour Eiffel. LP/Olivier Lejeune

Par **Sylvain Merle**

Le 11 juillet 2020 à 10h16, modifié le 15 juillet 2020 à 12h16

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 fleurent 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 aux quatre coins de 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, ou le 14 qui grimpe en Belgique. Et puis le n°1, le GR1, lui qui embrasse tout Paris et sa région d'une boucle d'environ 600 km.

« 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 GR3 de 28 km qui a été inauguré en premier en 1947, à Orléans. » Le 1 suivra, lui qui fera l'objet en 1957 du tout premier topo guide édité alors par le Comité national des sentiers de grande randonnée (CNSGR), devenu depuis la Fédération française de randonnée pédestre (FFRP).

Naissance à quelques pas de la porte Maillot

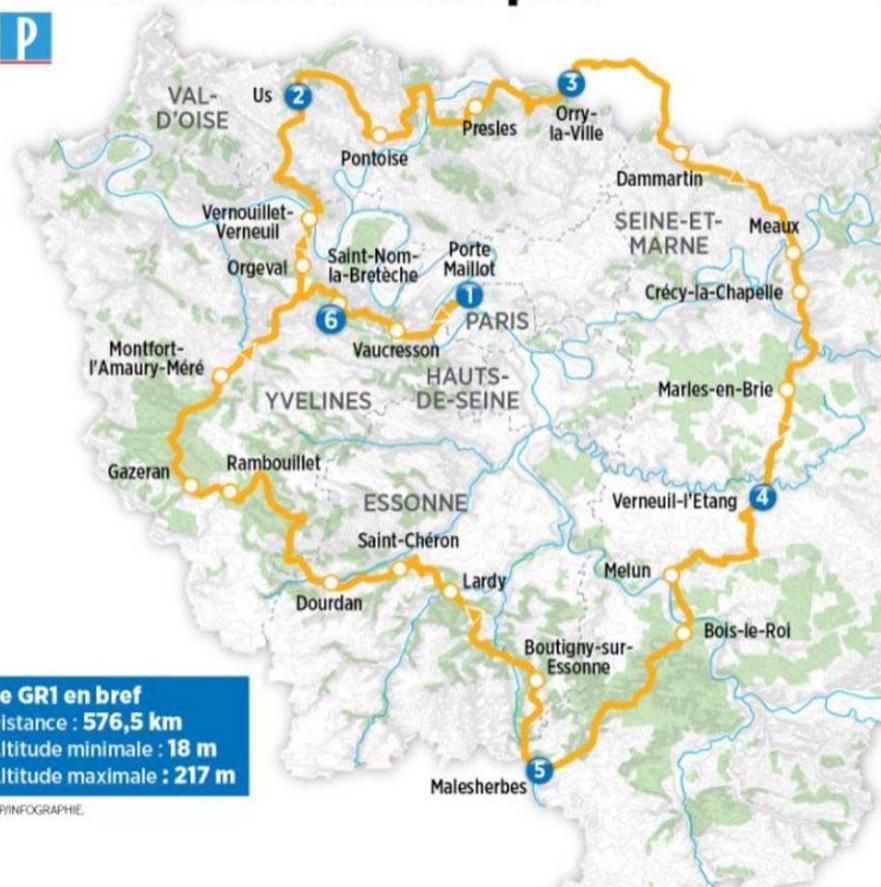
Regroupement d'associations de jeunesse, de voyage et de nature, ce Comité vient alors de se créer et, partout en France, des centaines de bénévoles balisent les parcours. Il y a des membres du Camping Club de France, des Clubs Alpin et Vosgien, des Excursionnistes Marseillais, des scouts... et aussi 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, Hautil, Chantilly et Ermenonville, Fontainebleau évidemment, Dourdan, Rambouillet...

Passant par les quatre parcs nationaux de la région, 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... Elle 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.

Le tour du Grand Paris à pied



Le GR1 en bref
 Distance : 576,5 km
 Altitude minimale : 18 m
 Altitude maximale : 217 m

LYNFOGRAPHIE

Semaine 1 82 km

1 Du 13 au 18 juillet
 De la porte Maillot (Paris)
 à Us (Val-d'Oise)

Semaine 2 95,5 km

2 Du 20 au 25 juillet
 D'Us (Val-d'Oise)
 à Orry-la-Ville (Oise)

Semaine 3 117 km

3 Du 27 juillet au 1^{er} août
 D'Orry-la-Ville (Oise) à Verneuil-
 l'Étang (Seine-et-Marne)

Semaine 4 90 km

4 Du 3 au 8 août
 De Verneuil-l'Étang
 à Malesherbes (Loiret)

Semaine 5 88 km

5 Du 10 au 15 août
 De Malesherbes (Loiret)
 à Dourdan (Essonne)

Semaine 6 104 km

6 Du 17 au 22 août
 De Dourdan (Essonne) à Saint-
 Nom-la-Bretèche (Yvelines)

A IMPRIMER > [Suivez le guide : la carte des étapes du GR1 à découvrir jusqu'au 22 août avec le Parisien](#)

La liste de nos envies

Chaque jour, Le Parisien vous partage ses coups de coeur pour se divertir et se cultiver

Adresse e-mail

JE M'INSCRIS

Votre adresse mail est collectée par Le Parisien pour vous permettre de recevoir nos actualités et offres commerciales. [En savoir plus](#)

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 sentiers 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.

« 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 !

On vise les balises en rouge et blanc



/LP/Sylvain Merle

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 et rouge. Blanc, c'est pour qu'on puisse les voir à la tombée de la nuit. 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 bicolore, mauvaise direction. On chemine de balise en balise. Ça rassure, ça conforte de les voir, au fil de la randonnée. A l'inverse, on s'inquiète un peu quand elles se font rares... Et ça vire parfois vite au jeu de piste...

« Le principe, c'est que 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, c'est vrai, 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, attention dès lors au surbalisage qui polluerait visuellement l'espace. »

Ce sont des bénévoles, les pionniers des GR tracés dès la fin des années 1940, qui ont balisé les voies. Ce sont encore des bénévoles qui les entretiennent et contrôlent — « au moins une fois par an » — que ces marques sont encore visibles. Ils sont près de 9000 en France.

Conseils avant de partir

On s'assure... De la météo de la journée, des risques majeurs (orages, inondations, neige). D'étudier le parcours, de réserver son hébergement si

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 « Tout de l'Ile-de-France », guide descriptif (10 euros sur idf.ffrandonnee.fr). Un vêtement chaud, un pour la pluie, un chapeau et de la crème solaire. De bonnes chaussures,

fermées.

Culture & loisirs

le

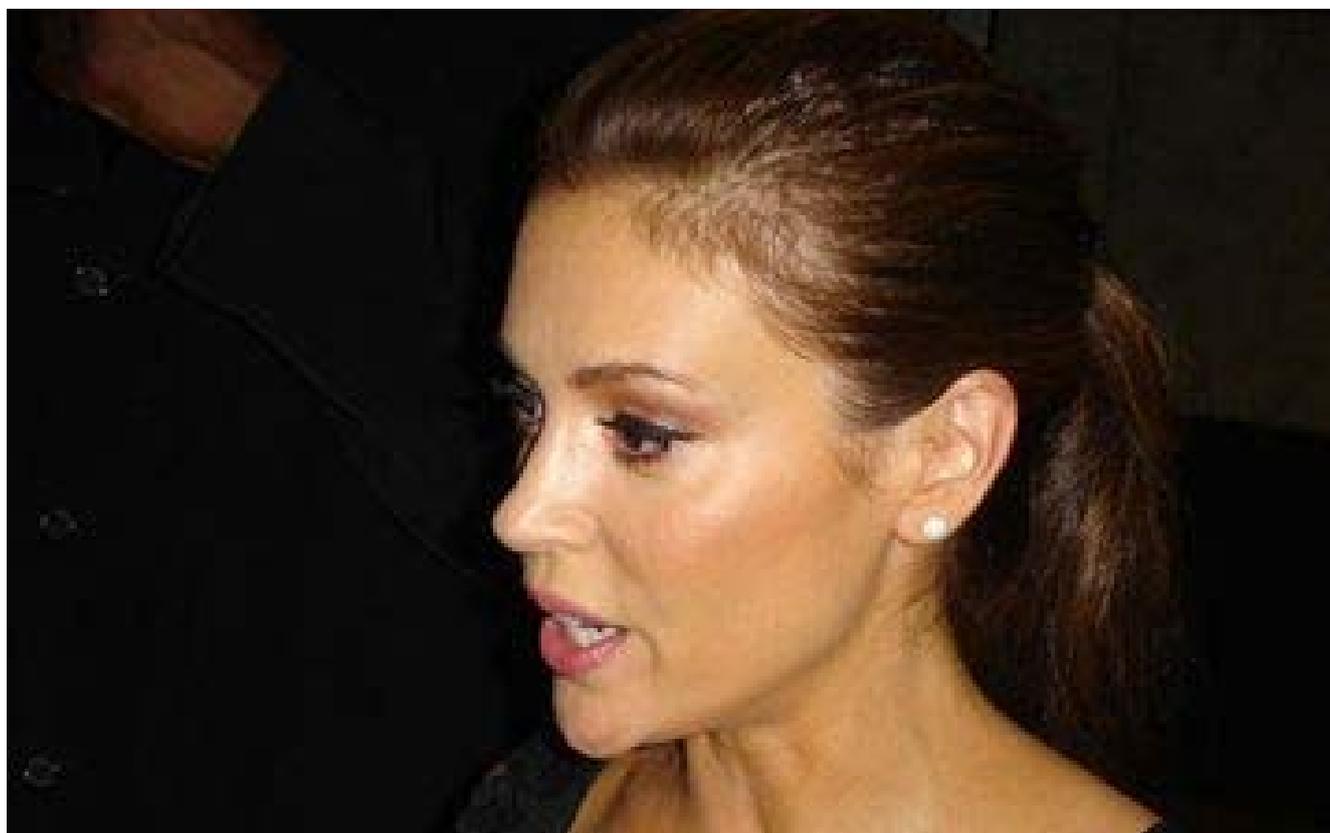


Abonnés [Découvrez le palais de l'impératrice Joséphine à Rueil-Malmaison](#)

[à](#)



Netflix lance la lecture en accéléré ou au ralenti, une nouvelle fonction controversée



Covid-19 : Alyssa Milano, contaminée, alerte ses fans sur les symptômes de la maladie



Programme TV du lundi 10 août : notre sélection

Articles les plus lus

