

« Entre Dhuis et Marne » - Le dimanche 5 mai 2019 à 8h45

22 km de sentiers et de chemins verts et 480 m de dénivelé

pour le plaisir des amateurs de trail

Après le départ en haut du stade de football des Cornouillers, prendre la rue des Cornouillers pour tourner à gauche sur le chemin d'Armoins.

Au bout de ce chemin prendre à droite puis en bas à gauche, à l'extrémité (en V) de la rue Carnot, direction les sentiers.

Sur le chemin des Pointes (qui rejoint la rue des Pointes), prendre à gauche le chemin de la Butte.

Après un virage à droite (au niveau d'une vieille citerne), prendre aussitôt à gauche et remonter en longeant le champ de culture sur votre gauche.

Aller tout au bout du chemin de façon à tourner à droite toujours en longeant le même champ de culture (ne pas tourner à droite sur le chemin monotrace qui rentre dans le petit bois). Respecter la culture et rester bien sur le bord du petit bois.

A l'extrémité du champ, poursuivre tout droit (petite butte à franchir) et prendre le chemin monotrace qui traverse le bois (attention aux grands trous).

A l'intersection avec un sentier, prendre à droite puis remonter vers la Dhuis. Sur la Dhuis, tourner à droite et rester sur la Dhuis pendant environ 3,5 km.

Un peu d'histoire : l'aqueduc de la Dhuis fut construit sous le Second Empire (Napoléon III) afin d'alimenter Paris en eau potable. Il traverse des vallées et franchit 132 kilomètres presque à l'horizontale. Il fut construit pour apporter l'eau aux Parisiens mais il sert également aujourd'hui à fournir en eau le parc Disneyland Paris et l'est de la région parisienne.

Sur la Dhuis, traverser successivement la rue Albert Mattar, la rue de Claye, la rue de la Dhuis, la RD105B (bien faire attention avant de traverser ces voies de circulation).

Arriver au 1^{er} ravitaillement à Dampmart, au niveau de l'intersection entre la Dhuis et la rue Clément Brevard, au peu avant le 6^{ème} km.

Après le ravitaillement, rester sur la Dhuis. C'est la 1^{ère} séparation avec la course nature de 16 km.

Descendre jusqu'en bas, vers la voie ferrée. A la sortie de la Dhuis, remonter aussitôt à gauche pour rejoindre l'allée de la Perrière. A son intersection, prendre à droite pour rejoindre le chemin du Champ Breton.

Sur le chemin du Champ Breton, prendre à gauche puis à droite direction la Marne. Rejoindre les bords de Marne en prenant le chemin à gauche puis à droite (parcours de la course nature).

Longer la Marne (sur votre droite) pour rejoindre la forêt des Vallières.

A l'entrée de la forêt des Vallières, vous êtes dans un territoire Natura 2000 et plus particulièrement dans une zone de nidification avérée du Milan noir sur la partie gauche en entrant dans la forêt. Une note d'information sur le territoire Natura 2000 est disponible sur le site de l'association.

Après l'entrée dans la forêt, prendre à gauche. C'est la 2^{ème} séparation avec la course nature de 16 km.

Remonter vers le haut de la forêt et suivre alors le chemin qui parcourt le haut de la forêt sur 1,3 km environ.

Bien suivre le balisage car de nombreux chemins se rencontrent. Aucun risque cependant de se perdre car à votre gauche se situe le chemin communal de la haie d'Aunois et à droite, tout en bas, la Marne.

Redescendre ensuite vers la Marne et prendre à gauche sur le chemin des bords de Marne (parcours de la course nature).

Longer les bords de Marne pendant environ 2 km. C'est la 3^{ème} séparation avec la course nature de 16 km.

A l'approche de la forêt, prendre à gauche puis de nouveau à gauche 50 m après. Repartir vers Thorigny sur environ 1,2 km. La forêt est située sur votre droite et sur votre gauche, alternance de forêt et de prairie.

Lorsque le chemin de terre se transforme en chemin bitumé, prendre à droite et commencer à remonter vers Carnetin (parcours de la course nature).

Après avoir longé un champ de culture sur votre droite, traverser alors avec prudence la RD 418 pour rejoindre un petit bois et un petit chemin présentant un dénivelé important.

Arriver ensuite sur la place de Carnetin et prendre à droite sur la rue des Gloriettes pour rejoindre ensuite sur la gauche le chemin de l'Entonnoir et le 2^{ème} ravitaillement un peu avant le 17^{ème} km.

Après le ravitaillement, poursuivre sur le chemin de l'Entonnoir pour rejoindre la Dhuis. Prendre à droite sur la Dhuis. Traverser le chemin de la Fosse Colas et poursuivre sur la Dhuis pendant 700 m environ. C'est la 4^{ème} séparation (et la dernière) avec la course nature de 16 km.

Prendre à gauche (barrières basses métalliques) descendre le petit sentier, dit chemin de Mont Dhery. Attention à la grande marche en arrivant sur le chemin de la Fosse Colas. Prendre alors à gauche pour le remonter sur 700 m environ. Avant la barrière en bois, tourner à droite pour suivre le chemin (parcours de la course nature) qui longe un champ de culture. Bien rester sur le chemin (respecter le travail de l'agriculteur) et faire attention à quelques zones plus humides.

Après environ 400 m, prendre le 2^{ème} chemin sur la gauche pour remonter vers la Dhuis. La traverser pour remonter dans une petite prairie.

Après un petit passage en S, prendre à droite et suivre le chemin situé entre des vergers/jardins et les habitations.

Au bout du chemin, après un petit passage en S, prendre à droite pour rejoindre la Dhuis (barrière verte). Tourner à gauche sur la Dhuis puis à environ 100 m prendre à droite et refaire le début du parcours en sens inverse pour rejoindre le stade de football des Cornouillers où vous êtes accueillis avec les honneurs dus à chaque participant !

Pendant toute la course, rester vigilant aux différents obstacles naturels, au terrain parfois glissant, aux autres coureurs, aux possibles VTT, aux circulations routières lors des quelques traversées de routes ou de rues et profiter pleinement du paysage. Respecter le code de la route, la nature et prendre beaucoup de plaisir à parcourir ces 22 km dans un territoire superbe.