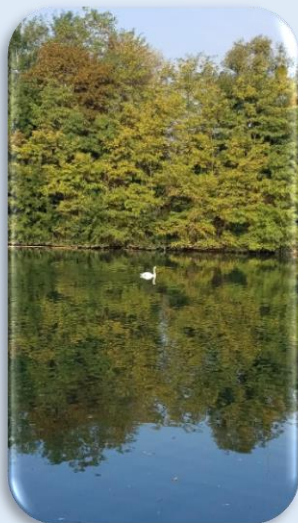




L'ÉTANG DE ST CUCUFA

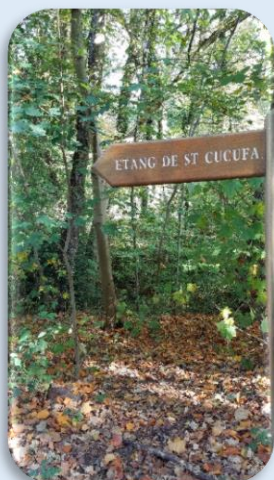
Samedi 20 octobre 2018 – 14,5 Km



En ce samedi d'automne, sous un beau soleil et par une température de 18 degrés, idéale pour marcher, trois vaillants Pieds Agiles (Françoise, Dominique et Liliane) se sont retrouvés en gare de Rueil Malmaison pour débiter cette randonnée pédestre, aux alentours de 10 heures.

Après avoir fait moins d'un kilomètre, nous nous sommes retrouvés le long des berges de la Seine. Là, nous avons emprunté tout un parcours aménagé, utilisé par des amoureux de la nature (promeneurs et coureurs à pied mais aussi cyclistes) profitant, comme eux, de toutes les belles couleurs d'automne qui nous étaient données de découvrir, qui plus est sous des rayons de soleil généreux ce jour-là.

La nature avec sa belle robe d'automne, nous avons pu aussi en apercevoir un autre aspect en changeant d'environnement lorsque nous avons emprunté le chemin menant à la forêt puis une fois à l'intérieur de celle-ci. Les arbres et autres végétations avaient encore pour la plupart d'entre eux leurs feuilles vertes. Pour autant, certaines d'entre elles commençaient toutefois à virer au jaune orangé, donnant ainsi à la forêt une lumière couleur feu.



C'est non loin de l'étang de Saint Cucufa (Saint d'origine irlandaise ou africaine, évêque martyr à Barcelone en 303 sous Dioclétien) que nous nous sommes arrêtés pour déjeuner assis sur un banc, le dos chauffé par le soleil. Que du bonheur !

Après une heure de pause, nous avons repris notre route en terminant notre parcours par un passage devant le château de Rueil Malmaison, devant lequel nous nous sommes arrêtés peu de temps avant de poursuivre notre chemin qui nous a amenés de nouveau sur les berges...

... Là, nous nous sommes assis quelques instants sur un banc pour profiter encore un peu des rayons du soleil et de la quiétude des lieux.



Nous avons ensuite fini notre parcours et rejoint la gare de Rueil Malmaison. Nous nous sommes alors quittés, au fil des arrêts du train, heureux de cette belle journée passée ensemble en pleine nature et au grand air.

Une journée de sentier



Une semaine de santé

 **Françoise**

 **Liliane**

