

ACCUEIL DES VILLES FRANÇAISES



SERVICE AU NOUVEL ARRIVANT

Antony



3^{ème} édition

L'Antonienne

rando pour tous

**Dimanche 14 avril 2019
au Parc Heller à Antony**

Bungy-Pump

Marche
Nordique

**RANDO 15 km ou 22 km
libre ou accompagnée**

infos et
inscription
sur le site



l-antonienne.fr



à découvrir en chemin :

Parc Heller,
Coulée verte,
Bois de Verrieres,
Parc Henri Sellier,
Parcs de la Vallée aux loups,
Maison de Chateaubriand,
Arboretum de Chatenay

...

Programme

ravitaillement au
Parc Heller et à
mi parcours

- 8h30** Accueil des participants
- 9h** Départs randonnée 22 km
- 9h** Début des départs randos libres
(parcours balisés et carte IGN fournie)
- 10h** Séance marche nordique 12 km
- 11h** Départ randonnée 15 km
- 11h** Initiation marche nordique et bungee pump
(prêt de bâtons possible)
- 14h** Séance marche nordique 12 km
- 15h** Initiation marche nordique et bungee pump
(prêt de bâtons possible)
- 16h30** Animation musicale avec le Jazz Band d'Antony

rendez-vous

Parc Heller - château Sarran
20 rue Prosper Legouté - 92160 Antony

inscription

inscriptions sur le site : "l-antoniienne.fr"

- 5€ avant le 1^{er} avril 2019
- 7€ jusqu'au 12 avril 2019



l-antoniienne.fr