

## Dimanche 2 avril 2017 à Antony - Parc Heller "L'ANTONIENNE"

L'AVF Antony avec le soutien de ses partenaires, dont le Comité Départemental de la Randonnée Pédestre des Hauts-de-Seine, organisent le **dimanche 2 avril 2017 à Antony, des randonnées pédestres ouvertes à toutes et à tous.**

Ces randonnées partiront du Parc Heller (à proximité du château Saran). Deux parcours, de **13 km ou 21 km** sont proposés en formule **accompagnée ou libre**, à la découverte de la coulée verte, des parcs de la vallée aux Loups, des Alisiers, Heller et Raymond Sibille, du Bois de Verrières, ou encore de la vallée de la Bièvre. Deux séances et deux initiations à la **marche nordique** et au BungyPump sont également au rendez-vous.

### Programme :

- 9h30 : Remise des parcours **13 km et 21 km en liberté**
- 10h00 : Départ randonnée **21 km accompagnée\***
- 10h30 : Départ parcours Marche Nordique
- 11h00 : Initiation à la Marche Nordique et au BungyPump (*prêt de bâtons possible*)
- 13h30 : Départ randonnée **13 km accompagnée\***
- 14h00 : Départ parcours Marche Nordique
- 15h00 : Initiation à la Marche Nordique et au BungyPump (*prêt de bâtons possible*)
- 16h30 : Concert du Jazz Band d'Antony

*\*Les randonnées accompagnées seront encadrées par des animateurs confirmés.*

Un point de ravitaillement est prévu au bois de Verrières.

### Informations pratiques :

RDV à Antony (92160) : **départ et arrivée dans le Parc Heller**, 20 rue Prosper Legouté (à proximité du château de Saran).

**Tarif :** 5€ (dont 1€ reversé à la Croix-Rouge) paiement en ligne lors de l'inscription.

### Accès :

>> **En RER :** Ligne B, Stations Antony ou Fontaine Michalon.

*Pensez à prendre votre pique-nique (pour les randos du matin), de l'eau (au moins 1 litre par personne), et de bonnes chaussures.*

**Inscription en ligne avant le 15 mars sur :**

**<http://l-antoniienne.fr>**

**Renseignements par email : [randonnee@avfantony.com](mailto:randonnee@avfantony.com) et sur le site [l-antoniienne.fr](http://l-antoniienne.fr)**

