



7^{ÈME} ÉDITION

l'Antonienne

rando pour tous

Dimanche 28 avril 2024

PARC HELLER
à ANTONY



RANDO
31 KM

libre avec carte

RANDOS
10 KM

accompagnées

16 KM et 25 KM

libres ou accompagnées

MARCHE

NORDIQUE

Bungy-Pump

ACCUEIL DES VILLES FRANÇAISES

AVF

SERVICE AU NOUVEL ARRIVANT

Antony

infos & inscription
l-antonienne.fr





PROGRAMME

À DÉCOUVRIR

en chemin

Parc Heller
Coulée verte
Parc de Sceaux
Vallée de la Bièvre
Parcs de la
vallée aux loups
Arboretum de
Chatenay
Bois de Verrières
Parc de Vilgénis
...

Accueil des participants **8h00**

Départs randonnée **31 km**, **8h00**
circuit libre (*carte fournie*)

Départs randonnée **25 km**, **9h00**
circuit libre ou accompagné

Séance **marche nordique** 10 km **10h**

Départs randonnée **16 km**, **10h30**
circuit libre ou accompagné

Initiation marche nordique et
bungy pump (*prêt de bâtons possible*) **11h**

Départ randonnée **10 km**, **13h30**
circuit accompagné

Séance **marche nordique** 10 km **14h**

Initiation marche nordique et
bungy pump (*prêt de bâtons possible*) **15h**

Animation musicale **16h30**
Banda Adagio d'Antony

RENDEZ-VOUS

Parc Heller

Château Saran

20 rue Prosper Legouté
92160 Antony



INSCRIPTION

sur le site : **l-antonienne.fr**

- 6€ jusqu'au vendredi 12 avril
- 8€ du samedi 13 avril au vendredi 26 avril
- 10€ sur place