

7<sup>ème</sup> ÉDITION

7<sup>ème</sup> ÉDITION

# L'Antonienne

randonnée 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

**AVFF**  
SERVICE AU NOUVEL ARRIVANT  
Antony

infos & inscription

[l-antonienne.fr](http://l-antonienne.fr)





## PROGRAMME

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

## 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  
...



## RENDEZ-VOUS

**Parc Heller  
Château Saran**

20 rue Prosper Legouté  
92160 Antony

## INSCRIPTION

sur le site : ["l-antoniennne.fr"](http://l-antoniennne.fr)

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