

ACCUEIL DES VILLES FRANÇAISES



SERVICE AU NOUVEL ARRIVANT

Antony

Janvier à
mars 2020



Label
2017 / 2019



Vous changez de ville?
AVF vous accueille
et vous accompagne.

2019
2020

1 place Auguste Mounié
92160 ANTONY
Tél : 01 42 37 09 41 – Email : avf@avfantony.com

WEB : AVFANTONY.COM



AVF « Accueil des Villes Françaises »

Présidente de l'Union Nationale : Michèle PROU-BARBA



RAPPEL

AVF ne poursuit aucun but confessionnel ou politique, et s'interdit toute discussion à ce sujet.

CHARTRE DES AVF

Approuvée lors de l'AG de l'UNAVF du 6 avril 2018.

- **Article 1 :** L'association a pour but d'accueillir en priorité les personnes et les familles nouvellement arrivées (depuis moins de trois ans) sur le territoire et de faciliter leur intégration.
- **Article 2 :** L'adhésion implique, dans les trois ans, l'engagement de contribuer bénévolement, après formation, aux actions et au fonctionnement de l'association.

UNION RÉGIONALE

Président de l'Île de France : Gilles CASANOVA



AVF ANTONY

Président de l'AVF Antony : Jean-Michel GROSSARD



AVF Antony vous accueille 1 place A. Mounié – sauf le samedi et les jours fériés et les vacances scolaires

Francine Bévenot, Giselaïne Charles, Jacqueline Contentin, Monique Corbin, Michèle Corsaut, Monique Deslandes, Sophie Doniguian, Patricia Moreau, Jeanine Rey, Monique Sabatier, Sames Sicsic, Heather Switzman, Mireille Tsakalos, Isabelle Ulliac.

HORAIRES D'ACCUEIL		
Lundi	9h30 > 11h30	-
Mardi	9h30 > 11h30	-
Mercredi	<i>fermé</i>	18h > 19h
Jeudi	9h30 > 11h30	-
Vendredi	9h30 > 11h30	-
Samedi	Fermé	

**Vacances
scolaires zone C**

Samedi 8 février > Lundi 24 février 2020
(Accueil ouvert les jeudi 13 et 20 février 9h > 11h30)

ADHESION à AVF Antony
Individuelle et monoparentale 24 € - Familiale 36 €
(Approuvé lors de l'AG du 10/11/2018)

Chères adhérentes, chers adhérents,

L'Assemblée Générale fut une belle rencontre de plus de 200 personnes. Ce rendez-vous est le temps de la reconnaissance de l'engagement des bénévoles, éléments moteurs de notre association. Chacun d'entre eux mérite d'être honoré.

Monsieur SENANT, Maire d'Antony et Madame LÉON, responsable de la vie associative, sont venus saluer le parcours de notre Président sortant, Gabriel BEVENOT, louer la vitalité de notre association et la belle participation de notre assemblée.

L'exposé du bilan de l'année a été présenté : la vie de l'AVF, la richesse et l'essor de nos ateliers, les événements festifs, ainsi que les comptes financiers qui ont été approuvés.

Un nouveau Conseil d'Administration a été élu, une nouvelle équipe de bénévoles pleine de dynamisme, animée par l'esprit AVF : accueil, partage et convivialité. Son souhait est d'être davantage à votre écoute pour mieux connaître votre regard sur l'association, vos attentes et recueillir vos remarques, vos propositions, en tant qu'adhérent ou bénévole.

Nous espérons vous rencontrer tout au long de l'année, dans les activités, les sorties, les randonnées, les spectacles, sans oublier les moments forts des festivités. Prochain rendez-vous à ne pas manquer : la galette des rois le samedi 11 janvier au Centre A. Malraux.

Nous vous souhaitons de bonnes fêtes de fin d'année.

Bien cordialement.

La nouvelle équipe du CA.

Le Bureau

Président : Jean-Michel GROSSARD

Secrétaire générale : Catherine SANDRÉ

Trésorier : François-Denis GROSLETON

Vice-présidente chargée du Service du Nouvel Arrivant : Denise ROUX

Les autres membres du CA

Jean-Paul ARRENAULT, Sylvie CONFIDA, Monique CORBIN, Bernadette COURTEAUX,

Wilma FIET, Noëlle FOLL, Marie-Thérèse GUINNEPAIN, Dominique LE ROUX, Jean-Marc MORELLET,

Jacques SANDRÉ, Régine SIFFERT, Isabelle THIERY, Rose-Marie TOULOUSE.

Informations

ASSURANCE

AVF Antony a souscrit un contrat d'assurance garantissant sa responsabilité civile et celle de ses adhérents dans le cadre des activités de l'association.

L'association n'a pas souscrit de "garantie individuelle accident" pour ses membres.

Il appartient à chacun de faire la démarche adéquate auprès de son assureur pour vérifier s'il est couvert en "garantie individuelle accident" pour les dommages dont il pourrait être victime dans le cadre des activités de l'association, et souscrire à cette garantie s'il le désire.

Certaines licences, UFOLEP pour la gymnastique, FFRP pour randonnée pédestre, marche nordique et bungypump, comportent cette "garantie individuelle accident". À vérifier par chacun que la licence qu'il a souscrite contient ou non cette garantie qui intervient en complément des remboursements CPAM et Mutuelles.

Fournir un certificat médical pour les activités nécessitant la délivrance d'une licence : bungypump, gymnastique, randonnée pédestre, marche nordique.

Pour la randonnée, préciser : "en plaine et en moyenne montagne".

INSCRIPTIONS AUX ACTIVITÉS

* CONDITIONS D'INSCRIPTION

Aucune inscription possible par téléphone et sans règlement

- > L'inscription aux activités est réservée aux adhérents à jour de leur cotisation.
- > En venant à la permanence (Voir les horaires d'ouverture en page 2).
- > Règlement **UNIQUEMENT** par chèque, à l'ordre d'AVF Antony.
- > Fournir un certificat médical pour : Gym, Randonnée, Marche nordique et Bungypump.

DISPOSITIONS POUR LES SORTIES CULTURELLES ET LE CYCLE de CONFERENCES

Principe de base : **l'inscription est ferme et définitive ainsi que le paiement du montant de l'inscription.**
De ce fait, il n'y aura plus de remboursement partiel qui est un véritable casse-tête pour le trésorier.

En cas d'empêchement, la personne inscrite en informe la permanence :

- Si des personnes sont en liste d'attente, l'accueil les contactera pour une inscription éventuelle.
 - Si une inscription intervient avec le paiement correspondant, la permanence déclenchera le remboursement de la personne empêchée.
 - Si personne n'est en liste d'attente et si l'adhérent empêché propose un autre adhérent, celui-ci sera inscrit avec le paiement correspondant. L'accueil déclenchera le remboursement.
- Dans les autres cas, il n'y aura pas matière à remboursement.
Les situations exceptionnelles pourront être instruites à la diligence de l'organisatrice des sorties et conférences.

Les déplacements se feront sous la responsabilité de chacun des participants.

Retour sur..... ! L'AGO du 09 novembre 2019



Voté en assemblée générale, un montant unique sera demandé à chaque adhérent à compter de l'année 2020-2021 (Suppression de l'adhésion famille).
Ce tarif a été approuvé à : 20 euros par personne.

Remise de cadeaux aux membres du CA sortants. Un moment émouvant ! Nous les remercions pour l'énergie et le temps qu'ils ont consacré à œuvrer pour l'AVF. Ce fût aussi un coup de chapeau donné aux bénévoles qui organisent depuis de nombreuses années les sorties culturelles, les randonnées, et la gestion administrative. L'assemblée est toujours un grand moment de partage et de convivialité. Nous remercions les nombreux adhérents présents.

Les membres du CA



À NE PAS MANQUER : À VOS AGENDAS 2020 !

> **LUNDI 6 JANVIER 2020 – Inscriptions aux sorties/conférences/théâtre/spectacles (*)**

Rdv : Espace Vasarely – à partir de 14h

> **SAMEDI 11 JANVIER 2020 – Galette des Rois (Gratuite et Réservée aux adhérents AVF Antony) (*)**

À l'inscription demande d'une caution de 15€ (Restituée lors du pointage des présents)

Inscription jusqu'au 13 décembre 2019 – Limité à 100 personnes.

Rdv : Espace A. Malraux (1 Avenue Léon HARMEL – à 14h

> **SAMEDI 7 MARS 2020 – Concert "LES FEMMES COMPOSITRICES"**

Rdv : Conservatoire de Musique d'Antony, 140 av. de la Division Leclerc – 20h30

> **SAMEDI 21 MARS 2020 – Déjeuner de convivialité (*)**

Inscription à partir du 3 Février – Clôture le 6 mars 2020 – Limité à 100 personnes

Rdv : salle du Mont Blanc – 12h15 - Participation : 15€

> **LUNDI 30 MARS 2020 – Inscriptions aux sorties/conférences/théâtre/spectacles (*)**

Rdv : Espace Vasarely – à partir de 14h

> **DIMANCHE 5 AVRIL 2020 – L-Antonienne 4**

Rdv : Parc HELLER – Inscription par internet <http://l-antonienne.fr>



(*) Les adhérents "nouveaux arrivants à Antony", depuis moins de 3 ans, sont prioritaires pour l'inscription à ces manifestations.

ANIMATIONS ARTISTIQUES (*)

animation		jour	horaire	local **	animateur
AQUARELLE	ma (*)	mardi	16h-18h30	Vasarely	Brigitte Debeauvais
	je (*)	jeudi	14h-16h30	Vasarely	F.Goutet / P.Algaron
ART FLORAL (Ikébana)		1 ^{er} vendredi du mois	14h-17h	Centre A. Malraux	Mary-France Belmont
ENCADREMENT (*)		lundi	14h-17h	La Fontaine	Jeanine Rey / J.M Alia
PATCHWORK, APPLIQUÉ, BRODERIE, BOUTIS		mardi	13h30-16h	Vasarely	Nicole Marc
PEINTURE À L'HUILE (*) (acrylique)		vendredi	9h15-12h	Vasarely	Espérance Roca
THÉÂTRE		mardi	19h30-21h30	Vasarely	Anna Bouzidi
TRICOT, CROCHET	ma1	mardi	16h30-18h	Vasarely	Alice Miralles
	ma2		18h-19h30		

ANIMATIONS CULTURELLES (*)

animation		jour	horaire	local **	animateur
CONVERSATION ALLEMANDE (*)		mardi	14h-15h30	Vasarely	Véréna Gonin
CONVERSATION ANGLAISE (*)	lu 1	lundi	9h-10h30	Vasarely	N. Jobic / A. Cueille
	lu 2		10h30-12h		F. Goutet / M. Jacquinet
	ma	mardi	10h30-12h		François Goutet
	je	jeudi	10h-11h30		Véronique Chauvin
CONVERSATION ESPAGNOL (*)	me	mercredi	14h30-16h	Vasarely	Rosa Maria Gonzalez
	ve	vendredi	14h30-16h		
CONVERSATION ITALIEN (*)	lu	lundi	13h30-15h	Vasarely	Françoise Giquel
	ma	mardi	9h-10h30		Jacques Franc
	me	mercredi	10h30-12h		
DÉCOUVERTE DU CHINOIS		mardi	18h-19h	Vasarely	Tak-Wah-ONG
GYM CÉRÉBRALE		mercredi	10h-11h30	Vasarely	Micheline Alexandre / Gisèle Serre
PETIT BOUILLON DE CULTURE		2 lundis par mois Hors vacances scolaires	9h15-12h	Vasarely	Peter Herman Jacqueline Lhorca

* Avoir les bases de l'activité ** Pour les coordonnées et localisations des salles se reporter en 4^e de couverture

ANIMATIONS LOISIRS

animation	jour	horaire	local **	animateur
BELOTE	mercredi	17h30-19h	Vasarely	C. Lacza / P. Petit
BRIDGE (tournois)	mardi	13h30–17h15	Vasarely	Claude Jouron
	jeudi	13h30–19h	La Fontaine	Maurice Adda
ÉCHECS (*)	jeudi	14h–18h	Vasarely	Joël Guyader
PYRAMIDE perf (*)	samedi	14h–17h30	Vasarely	F. Pichon / J. Muzeau
OENOPHILIE	3 ^e mer. du mois	20h30–22h30	Vasarely	Georges Orzati
SCRABBLE	lundi	15h15–18h30	Vasarely	Mireille Tsakalos / Patricia Moreau
	vendredi	16h30–19h	Vasarely	Pierrette Fiume / Michèle Beck
TAROT (*)	lundi	18h–20h	Vasarely	G. Gehin / C. Lacza

ANIMATIONS SPORTIVES ET DE RELAXATION (*)

Fournir Certificat Médical pour bungypump, gym, marche nordique et randonnée pédestre

animation		jour	horaire	local **	animateur
BOWLING		1 ^{er} , 3 ^e vendredi	14h	Bowling Thiais	Jean-Paul Arrenault
BUNGYPUMP		mercredi	18h30–19h30	Parc Heller	Jean-Claude Pichon / Andrée Deville
LES LINE DANCES	C1	mardi	débutants 15h–17h	L'Herbier	Michèle Doyen
LINE DANCE	C2	samedi 1 et 3	novices 14h30–15h30		Monique Corbin
	C3	samedi 1 et 3	confirmés 15h30–16h30		
	C2/3	samedi 2 et 4	révisions 14h30–17h		
GYMNASTIQUE INTÉGRALE (douce)		mercredi	9h–11h	Eric Tabarly	Bako Mouilleron
MARCHE		lundi	14h–15h30	Parc de Sceaux	Monique Corbin
		2 ^e lundi		P. Heller	
MARCHE NORDIQUE		samedi	9h30–11h30	Parc de Sceaux	Jean-Claude Pichon
		1 ^{er} samedi		Bois de Verrières	
RANDONNÉES PÉDESTRES		Voir programme détaillé			Jean-Claude Pichon
QI GONG		mercredi	9h–10h30	L'Herbier	Marie-Claude Ferrier
			10h30–12h		Jean-Marc Fremy
PÉTANQUE		1 fois par mois / sur Rendez-vous		Massy	Jean-Paul Arrenault
SOPHROLOGIE		mardi	9h–10h15	Vasarely	Marie Richard
			10h15–11h30		
TENNIS (*)		mardi et vendredi	9h–11h	Stade G. Suant	Chantal Perrin d'Arloz
YOGA	lu 1	lundi	10h–12h	Vasarely	Lise Blauwart
	lu 2	lundi	18h30–20h		Françoise Lubeigt / Peter Herman
	je 1	1 jeudi sur 2	9h–10h30		Françoise Lubeigt / Peter Herman
HATHA YOGA	je 2	jeudi	10h30-12h	L'Herbier	Nicole Azan-Canoui
ZUMBA		1 vendredi sur 2	17h30–18h30	L'Herbier	Malika Nicolas

CONCERT



Animatrice Espérance Roca

> **SAMEDI 7 MARS 2020 – 20h30 – Thème du concert : "LES FEMMES COMPOSITRICES"**

Lorsqu'on évoque la composition musicale, les figures de Mozart, Beethoven, Brahms, Ravel nous apparaissent immédiatement. Des visages d'hommes et point de femmes. Ce concert a donc pour ambition de faire découvrir au public plusieurs compositrices comme Clara Schumann et Louise Farrenc, entre autres. Leurs trios pour clarinette, violoncelle et piano, seront interprétés et permettront d'apprécier leurs magnifiques qualités musicales.

Au Conservatoire de Musique d'Antony – Auditorium Paul ARMA 140 av. de la Division Leclerc – ANTONY

Pour tout renseignement contacter Mme Roca au 01 46 68 42 91

Tarifs : adhérents AVF 12 € – non adhérents 15 € – étudiants et demandeurs d'emploi 5 € – moins de 12 ans gratuit

À votre disposition : Parking gratuit ou Bus 197 – arrêt Blanche de Castille

Ouvert à tous et sans réservation. Vente des billets sur place 30 mn avant le concert

THÉÂTRES – SPECTACLES



Animatrice Mireille Tsakalos

Inscriptions : il est impératif de s'inscrire dès la parution du bulletin 06/01/2020 ou à la journée d'inscriptions aux sorties culturelles et théâtre (même pour avril).

Les billets sont à retirer à la permanence – Pas d'accompagnement.

> DIMANCHE 12 JANVIER 2020 – "ESQUIVE" de Cyrille Mussy – Les Gémeaux Sceaux **[Complet]**

> DIMANCHE 26 JANVIER 2020 – "ARCHITECTURE" de Pascal Rambert – Les Gémeaux Sceaux **[Complet]**

> DIMANCHE 2 FÉVRIER 2020 – Concert : De Gershwin à Ray Charles (Orchestre de Paris)

Les plus beaux standards de la musique Américaine, entre les années 1920 à 1950. Préparez-vous à swinguer.

Rdv : au Théâtre de la ville – Espace Cardin 1, avenue Gabriel 75008 Paris (M° Champs-Élysées Clémenceau ou Concorde) à 15 heures – 12 places à 14€

> DIMANCHE 8 MARS 2020 – La nuit des Rois ou tout ce que vous voulez de William Shakespeare – Mise en scène de Thomas Ostermeier

Dès le départ Ostermeier nous installe dans une ambiance dérangement et incongrue, d'une comédie survoltée. La parole est une arme magnifique et puissante, mais elle est à double tranchant. Elle peut servir à dire la vérité aussi bien qu'à mentir, quand on joue avec les paroles et qu'on les retourne, le monde devient fou. Intrigue amoureuse. Avec Denis Podalydès, Adeline d'Henry, Laurent Stoker, Georgia Scalliet.

Rdv : au Théâtre de la Comédie Française – Place Colette Paris 75001 (M° Palais Royal) à 14 heures – 12 places à 36€

> DIMANCHE 19 AVRIL 2020 – La ménagerie de verre de Tennessee Williams – Mise en scène de ... Ivo Van Hove

Un chef d'œuvre fondateur offert à Isabelle Huppert. Un des rôles mythiques du répertoire américain. "La scène est la mémoire" Trois fragilités, trois façons de rêver, d'une autre existence... Amanda veut le bonheur de ses enfants !!

Rdv : au Théâtre de l'Odéon – Place de l'Odéon Paris 75006 (M° Luxembourg) à 15 heures – 12 places à 30€

> DIMANCHE 26 AVRIL 2020 – Danse "LA PASTORALE" Thierry Malandin – Ballet Biarritz

Musique de Ludwig van Beethoven (6^e symphonie)

Notre Pastorale invoquera l'Antiquité hellénique, comme lieu de nostalgie et de ressource, de la douleur d'un désir sans fin au royaume spirituel de l'infini.

Rdv : au Théâtre des Gémeaux 92330 Sceaux à 17 heures – 12 places à 20€

CYCLE DE CONFÉRENCES ET SORTIES CULTURELLES



Responsable Joëlle Chapalain

• Cycle de conférences

Paris : "Cycle insolite : Les Tuileries, Camondo, Henner Montmartre..." par Caroline HAURY.

Cycle de 8 conférences sur l'année divisé en deux parties. (Prix 2^e partie 45 €) Droits d'entrée non compris. Priorité sera donnée aux personnes inscrites à la première partie.

> VENDREDI 31 JANVIER 2020 – "Le musée Henner"

Rdv : 10h50 musée Henner 43, av. de Villiers Paris 17^e. Droit d'entrée 6 €.

> VENDREDI 20 MARS 2020 – "De la gare de l'Est au canal Saint-Martin"

Rdv : 10h20 devant la gare de l'Est.

> VENDREDI 24 AVRIL 2020 – "De la rotonde de la Villette au 104"

Rdv : 10h20 devant la rotonde de la Villette Paris 19^e.

> VENDREDI 15 MAI 2020 – "Journée à Montmartre"

Rdv : 10h20 place des Abbesses Paris 18^e. (Détail de la journée donné ultérieurement).

• Sorties culturelles

En cas d'impossibilité : "il est impératif de prévenir l'accueil."

> SAMEDI 11 JANVIER 2020 – Hôtel des Invalides **(Complet)**

Sur place : Perron de l'église du dôme, coté place Vauban, Paris 7^e, (M° St-François-Xavier) à 10h20

Les Invalides, palais des soldats et tombeau de Napoléon 1^{er} : dans les décors du Grand Siècle, cette visite permet de découvrir l'histoire et la destinée de cet ensemble monumental hors du commun.

Rdv : RER Antony à 9h30 – 20 €

> JEUDI 16 JANVIER 2020 – Atelier de Chana Orloff - Villa Seurat

Sur place : 101, rue de la Tombe-Issoire Paris 14^e, (M° Denfert-Rochereau) à 14h30

Chana Orloff (1888-1968) fut l'une des sculptrices emblématiques de l'Ecole de Paris à la personnalité attachante. Elle connaît et fera le portrait de nombreux artistes, architectes et personnalités, elle excella en particulier dans les représentations de femmes. L'essentiel de son travail, est rassemblé dans son atelier – la Villa Seurat, qu'elle habita jusqu'à sa mort. Un lieu intime, émouvant à découvrir.

Rdv : RER Antony à 13h50 – 15 €

> VENDREDI 24 JANVIER 2020 – Saint-Sulpice, fastes religieux du "Noble Faubourg"

Sur place : Devant l'église, Place Saint-Sulpice Paris 6^e, (M° Saint-Sulpice) à 10h20

En 1646, Anne d'Autriche pose la première pierre de la reconstruction de l'église Saint-Sulpice.

Le parti architectural montre une fidélité à la tradition médiévale tout en répondant aux besoins de la liturgie issue du concile de Trente. L'église se distingue cependant de ses contemporaines par des dimensions exceptionnelles, proches de celles de Notre-Dame. Elle conserve de nombreux chefs d'œuvre d'art religieux.

Rdv : RER Antony à 9h30 – 12€ (Don de 3 € par personne)

> JEUDI 30 JANVIER 2020 – Le Greco

Sur place : Grand Palais, Galerie sud-est, porte H, Paris 8^e, (M° Champs-Élysées – Clémenceau) à 10h15

Cette rétrospective est la première grande exposition jamais consacrée en France à ce génie artistique.

Des œuvres qui combinent le génie de la couleur du Titien et la force plastique de Michel-Ange, faisant de Greco le dernier grand maître de la Renaissance et le premier grand peintre du Siècle d'Or.

Rdv : RER Antony à 9h15 – 25€

> VENDREDI 26 FÉVRIER 2020 – Le Temple de l'Oratoire du Louvre

Sur place : Temple de l'Oratoire : 145 rue Saint-Honoré Paris 1^{er}, (M° Louvre Rivoli) à 10h20

Coincé entre la rue de Rivoli et la rue Saint-Honoré, face au Louvre, l'ancienne église des Oratoriens est plutôt discrète. Fermée à la Révolution, elle abrite depuis 1811 le culte protestant réformé. Cette visite vous permettra de découvrir un lieu méconnu, de revivre son histoire et de partir pour une petite flânerie protestante dans ses proches environs.

Rdv : RER Antony à 9h30 – 12€ - (Don de 5 € par personne)

> JEUDI 5 MARS 2020 – La bibliothèque Nationale de France

Sur place : Bibliothèque nationale de France, 58 rue de Richelieu Paris 2^e, (M° Pyramide) à 14h15

Après plus de cinq années de travaux le site Richelieu de la Bibliothèque nationale de France, berceau historique de l'institution, retrouve sa splendeur. La visite offre une vision globale du projet de rénovation, qui s'inscrit dans une continuité architecturale depuis le palais Mazarin jusqu'aux travaux actuels et dans une volonté de créer un pôle de référence en matière d'histoire, histoire des arts et du patrimoine.

Rdv : RER Antony à 13h15 – 12€

> MARDI 10 MARS 2020 – Le Cirque d'hiver Bouglione

Sur place : Cirque d'hiver Bouglione, 110 rue Amélie Paris 10^e, (M° Filles du Calvaire) à 14h15

Un voyage mémorable dans un univers fascinant, merveilleusement onirique... La visite permet d'évoquer l'architecture et le décor du bâtiment, l'histoire de la famille Bouglione, de découvrir les coulisses de cette étonnante salle de spectacles et l'incroyable "musée du cirque", collection privée de la famille, retraçant l'histoire des arts du cirque et de ses protagonistes depuis deux siècles.

Attention, l'accès au musée nécessite d'emprunter un escalier assez raide.

Rdv : RER Antony à 13h00 – 30€

> VENDREDI 26 MARS 2020 – Les coulisses de l'UNESCO

Sur place : 7, place de Fontenoy Paris 7^e, (M° Cambonne) à 13h50

Cette visite donne accès en exclusivité au siège de l'UNESCO, qui abrite l'agence spécialisée de l'ONU depuis 1958. Trésor de l'architecture moderne, il est le fruit de la collaboration entre trois architectes Bernard Zehrfuss, Marcel Breuer et Luigi Nervi. Cette visite guidée sera aussi l'occasion de découvrir des œuvres d'art exceptionnelles : de Miro à Picasso, de Giacometti à Calder, une collection unique et insoupçonnable de 600 œuvres d'art contemporaines.

Rdv : RER Antony à 13h00 – 12,50 €



MARCHE NORDIQUE



Responsable : Jean-Claude Pichon

Animateurs diplômés : JP. Arrenault, G. Bévenot, G. Botrel, A. Bouzidi, JL. Chevalayre, T. Detwiler, A. Deville, V. Marche, JC. Pichon, C. Menasse, J. Perrot.

Chaque samedi de 9h30 à 11h30. L'activité se poursuit pendant les petites vacances scolaires.

Rendez-vous sur le parking de la Grenouillère, sortie bas, au Parc de Sceaux (face à la sous-préfecture), **sauf le 1^{er} samedi** du mois où le Rdv est sur le parking du collège Sophie Barat (50 Rue des Grillons, 92290 Châtenay-Malabry).

Pour la découverte de l'activité, AVF Antony dispose de quelques paires de bâtons spécifiques. **N'achetez pas vos bâtons avant de nous avoir rencontrés. Licence FFRP obligatoire.**



BUNGY-PUMP

Responsable : Jean-Claude Pichon

Animateurs diplômés : A. Deville, JC. Pichon

Chaque mercredi de 18h30 à 19h30.

L'activité se poursuit pendant les petites vacances scolaires.

Rendez-vous devant la grille du Château Saran (Parc Heller, rue Prosper Legouté) Pour la découverte de l'activité, AVF Antony dispose de quelques paires de bâtons spécifiques.

N'achetez pas vos bâtons avant de nous avoir rencontrés. Licence FFRP obligatoire.



RANDONNÉES PÉDESTRES

Responsable : Jean-Claude Pichon



Animateurs diplômés : JP. Arrenault, G. Bévenot, S. Biancale, G. Botrel, C. Caillette, D. Chilou, M. Degrémont, E. Deschamps, T. Detwiler, A. Duprat, I. Gau, R. Gouache, S. Goutet, C. Grossard, J. Guillon, B. Jouffrey, C. Larue, JP. Laugier, JC. Pichon, A. Sauser, C. Schittenhelm, M. N. Schmitt, G. Senentz, G. Thérêt, JP. Ticot, R. Vétu.

AVF Antony vous propose des randonnées à la ½ journée, la journée ; disposant d'une extension d'immatriculation tourisme, AVF Antony vous propose aussi des séjours en week-end et semaines, accompagnés par des animateurs diplômés. Aucune inscription ne sera prise avant la parution de la notice d'information. **Licence FFRP obligatoire.**

La difficulté des randonnées vous est indiquée par le nombre de ★ :

★ facile / ★★ moyenne / ★★★ difficile (long, pentu, rapide), ainsi que par l'Index IBP

Index IBP = définit l'effort physique correspondant à la randonnée. Chaque participant doit évaluer son niveau par rapport à cet indice calculé automatiquement à partir du tracé de la randonnée (longueur et dénivelé).

Rdv Parc Heller = devant le Centre Municipal de Loisirs du Parc Heller, 20 rue Prosper Legouté à Antony.

Voiture = déplacement en voiture (covoiturage) vers le lieu de départ de la randonnée (prévoir paire de chaussures propres pour le retour).

Rdv RER = sur la dalle du RER B gare Antony.

Horaires = standard 9h / 13h - spécifiques **en rouge**

PN = Pique-nique (à prévoir pour toutes les randonnées de la journée).

Un équipement adapté est exigé pour la randonnée. Par mesure de sécurité, les animateurs se réservent la possibilité de refuser la participation d'un adhérent dont l'équipement ne leur paraîtrait pas adapté.

La responsabilité de l'accompagnateur et de l'AVF est automatiquement déchargée dès lors qu'une personne quitte le groupe ou ne respecte pas les consignes de sécurité.

À vos agendas...Penser aux inscriptions (séjours et randonnées avec restaurant...)
Pour les séjours, voir la notice sur le « site AVF Antony » ou à la « Permanence », avant l'inscription.

Propositions du trimestre (randonnées et séjours) :

- > **VENDREDI 3 JANVIER 2020 - ★ - (index IBP=38) Boucle autour de Bures**
Rdv : RER, 10h, Mini journée, Distance : 12km, Temps : 4h, PN, Billets RER A/R Bures
- > **DIMANCHE 5 JANVIER 2020 - ★ - Galette des Rois – Bois-de-Verrières**
Rdv : Parc Heller, 10h, Mini journée, Distance : 12km, Temps : 3h, PN, Départ à pied
- > **MARDI 7 JANVIER 2020 - ★ - (index IBP=33) Saulx-les-Chartreux**
Rdv : Parc Heller, 10h, Mini journée, Distance : 12km, Temps : 4h, Voiture + PN, Billets RER A/R Bures
- > **MERCREDI 8 JANVIER 2020 - ★ ★ - (index IBP=54) Rocher des Princes – Fontainebleau**
Rdv : Parc Heller, 9h, Journée, Distance : 20km, Temps : 5h30, Voiture + PN, Dénivelé : 350m
- > **JEUDI 9 JANVIER 2020 - ★ ★ - (index IBP=46) Le plateau de Satory**
Rdv : Parc Heller, 9h, Journée, Distance : 17km, Temps : 4h30, Voiture + PN
- > **VENDREDI 10 JANVIER 2020 - ★ - Étoile – Picpus par les parcs**
Rdv : RER, 13h, 1/2 journée, Distance : 12km, Temps : 3h30, Billets RER Paris A/R
- > **LUNDI 13 JANVIER 2020 - ★ ★ - Bastille – Vincennes**
Rdv : RER, 10h, Mini journée, Distance : 15km, Temps : 4h30, PN, Billets RER Paris A/R
- > **MARDI 14 JANVIER 2020 - ★ ★ - (index IBP=48) Antony – Palaiseau**
Rdv : Parc Heller, 9h, Journée, Distance : 17km, Temps : 4h30, PN, Dénivelé : 200m
(Billet RER retour Palaiseau- Antony)
- > **MERCREDI 15 JANVIER - ★ - Egly – Bruyères-le-Chatel**
Rdv : Parc Heller, 13h, demi-journée, Distance : 12km, Temps : 3h30, Voiture
- > **JEUDI 16 JANVIER 2020 - ★ ★ - (index IBP=46) Rocher d'Avon**
Rdv : Parc Heller, 9h, Journée, Distance : 16km, Temps : 5h, Voiture + PN, Dénivelé : 250m
- > **VENDREDI 17 JANVIER 2020 - ★ - Saulx-les-Chartreux – Rando/resto**
Rdv : Parc Heller, 9h30, Mini journée, Distance : 10km, Temps : 2h30, Voiture - Inscriptions du 6 au 15 janvier- 20€
- > **DIMANCHE 19 JANVIER 2020 - ★ - (index IBP=42) Des lacs du Vésinet à St-Germain**
Rdv : RER, 9h, Journée, Distance : 15km, Temps : 4h, Voiture, Dénivelé : 100m,
Billets RER aller Vésinet / retour St-Germain
- > **LUNDI 20 JANVIER 2020 - ★ - (index IBP=30) Sceaux, sentiers et secrets**
Rdv : RER, 10h, Mini journée, Distance : 10km, Temps : 4h, PN, Billet RER Bourg la reine
- > **MARDI 21 JANVIER 2020 - ★ - (index IBP=40) La forêt de Méridon**
Rdv : RER, 10h, Mini journée, Distance : 14km, Temps : 4h30, PN, Billets RER A/R Saint-Rémy
- > **MERCREDI 22 JANVIER 2020 - ★ - Traversée Ouest/Est de Paris**
Rdv : RER, 9h, Journée, Distance : 16km, Temps : 6h30, PN, Dénivelé : 100m, Billets RER A/R Paris
- > **JEUDI 23 JANVIER 2020 - ★ ★ - Autour de Forges-les-Bains**
Rdv : Parc Heller, 10h, Mini journée, Distance : 14km, Temps : 4h, Voiture + PN
- > **DIMANCHE 26 JANVIER 2020 - ★ - (index IBP=42) La Mare aux Evées**
Rdv : Parc Heller, 9h, Journée, Distance : 15km, Temps : 4h30, Voiture + PN, Dénivelé : 250m
- > **JEUDI 23 JANVIER 2020 - ★ ★ - Autour de Forges-les-Bains**
Rdv : Parc Heller, 10h, Mini journée, Distance : 14km, Temps : 4h, Voiture + PN
- > **VENDREDI 31 JANVIER 2020 - ★ - (index IBP=29) Parcs de la Vallée aux Loups, H. Sellier et Sceaux**
Rdv : Parc Heller, 13h, 1/2 journée, Distance : 12km, Temps : 3h30, Voiture, Dénivelé : 150m
Prévoir l'achat d'un 1 ticket de bus.

- > **DIMANCHE 2 FEVRIER 2020 - ★ - Le Rocher Cassepot, La tour Dénécourt**
Rdv : Parc Heller, 9h, Journée, Distance : 15km, Temps : 6h, Voiture + PN, Dénivelé : 300m
- > **MERCREDI 5 FEVRIER 2020 - ★ ★ - Bords de Seine et forêt du Rougeau autour de Seine-Port**
Rdv : Parc Heller, 10h, Mini journée, Distance : 18km, Temps : 5h, Voiture + PN
- > **JEUDI 6 FEVRIER 2020 - ★ ★ - (index IBP=54) Coquibus**
Rdv : Parc Heller, 9h, Journée, Distance : 19km, Temps : 5h, Voiture + PN, Dénivelé : 300m
- > **DIMANCHE 9 FEVRIER 2020 - ★ - (index IBP=44) Blandy-Champeaux**
Rdv : Parc Heller, 9h, Journée, Distance : 16km, Temps : 4h30, Voiture + PN, Dénivelé : 100m
- > **MARDI 11 FEVRIER 2020 - ★ ★ - (index IBP=46) Briis-sous-Forges**
Rdv : Parc Heller, 9h, Journée, Distance : 20km, Temps : 5h30, Voiture + PN
- > **MERCREDI 12 FEVRIER 2020 - ★ ★ - Montsouris – Antony**
Rdv : RER, 13h, 1/2 journée, Distance : 14km, Temps : 4h, Dénivelé : 150m, Billet RER Cité Universitaire
- > **JEUDI 13 FEVRIER 2020 - ★ ★ - (index IBP=46) Autour de Beauvais 91**
Rdv : Parc Heller, 9h, Journée, Distance : 17km, Temps : 5h, Voiture + PN, Dénivelé : 250m
- > **VENDREDI 14 FEVRIER 2020 - ★ - (index IBP=34) Villebon – La Huniére**
Rdv : Parc Heller, 13h, 1/2 journée, Distance : 12km, Temps : 3h30, Voiture, Dénivelé : 150m
- > **DIMANCHE 16 FEVRIER 2020 - ★ - (index IBP=42) Le chemin des Roses**
Rdv : Parc Heller, 9h, Journée, Distance : 15km, Temps : 4h, Voiture + PN
- > **LUNDI 17 FEVRIER 2020 - ★ - (index IBP=45) Coteaux de la Juine**
Rdv : Parc Heller, 9h, Journée, Distance : 17km, Temps : 4h30, Voiture + PN
- > **MARDI 18 FEVRIER 2020 - ★ ★ - (index IBP=60) St-Maurice – Montcouronne**
Rdv : Parc Heller, 9h, Journée, Distance : 22km, Temps : 6h, Voiture + PN
- > **MERCREDI 19 FEVRIER 2020 - ★ ★ - (index IBP=61) Bures – La Mérentaise**
Rdv : RER, 9h30, Journée, Distance : 17km, Temps : 5h, PN, Billets RER A/R Bures
- > **VENDREDI 21 FEVRIER 2020 - ★ ★ - Bois-de-Verrières – Bièvres**
Rdv : Parc Heller, 13h, 1/2 journée, Distance : 11km, Temps : 3h, Voiture
- > **DIMANCHE 23 FEVRIER 2020 - ★ ★ - (index IBP=43) Pont de Sèvres – Pont de Puteaux**
Rdv : Parc Heller, 9h, Journée, Distance : 22km, Temps : 5h30, Voiture + PN, Dénivelé : 100m
- > **MARDI 25 FEVRIER 2020 - ★ ★ ★ - (index IBP=68) St-Rémy – Milon**
Rdv : RER, 9h, Journée, Distance : 22km, Temps : 6h, PN, Dénivelé : 350m, Billets RER A/R Antony-St Remy
- > **MERCREDI 26 FEVRIER 2020 - ★ - Autour de Beynes**
Rdv : Parc Heller, 10h, mini-journée, Distance : 17km, Temps : 4h30, Voiture + PN
- > **JEUDI 27 FEVRIER 2020 - ★ ★ - (index IBP=51) Fontainebleau – Autour de l'hippodrome de la Solle**
Rdv : Parc Heller, 9h, Journée, Distance : 19km, Temps : 5h, Voiture + PN, Dénivelé : 450m
- > **VENDREDI 28 FEVRIER 2020 - ★ ★ - Traversée Nord/Sud de Paris**
Rdv : RER, 9h, Journée, Distance : 15km, Temps : 6h, PN, Dénivelé : 100m, Billets RER A/R Paris

> **DIMANCHE 1 MARS 2020 - ★★ - Mont Aigu – Franchard**

Rdv : Parc Heller, 9h, journée, Distance : 15km, Temps : 5h, Voiture + PN

> **LUNDI 2 MARS 2020 - ★ - (index IBP=35) Parc de Saint-Cloud**

Rdv : Parc Heller, 10h, Mini journée, Distance : 11km, Temps : 4h, Voiture + PN, Dénivelé : 150m

> **MARDI 3 MARS 2020 - ★★ - (index IBP=48) Le rocher de la Combe (Fontainebleau)**

Rdv : Parc Heller, 9h, Journée, Distance : 19km, Temps : 5h, Voiture + PN, Dénivelé : 200m

> **JEUDI 5 MARS 2020 - ★★ - (index IBP=52) Le désert de Retz – Les chênes de St-Nom**

Rdv : Parc Heller, 9h, Journée, Distance : 17km, Temps : 4h30, Voiture + PN, Dénivelé : 250m

> **DIMANCHE 8 MARS 2020 - ★★ - (index IBP=51) Étangs de la Minière – Source de la Bièvre**

Rdv : Parc Heller, 9h, Journée, Distance : 21km, Temps : 5h30, Voiture + PN, Dénivelé : 200m

> **MARDI 10 MARS 2020 - ★★ - (index IBP=47) Blandy-les-Tours**

Rdv : Parc Heller, 9h, Journée, Distance : 22km, Temps : 5h30, Voiture + PN

> **JEUDI 12 MARS 2020 - ★ - Fontenay-le-Briis (Rando/Resto)**

Rdv : Parc Heller, 9h, Journée, Distance : 15km, Temps : 4h, Voiture - Inscription du 17 au 28 février - 20€

> **DIMANCHE 15 MARS 2020 - ★★ - (index IBP=55) Dourdan – Forêt de l'Ouye**

Rdv : Parc Heller, 9h, Journée, Distance : 19km, Temps : 5h, Voiture + PN, Dénivelé : 350m

> **MARDI 17 MARS 2020 - ★★ - (index IBP=68) Saint-Cyr-sous-Dourdan**

Rdv : Parc Heller, 9h, Journée, Distance : 26km, Temps : 6h30, Voiture + PN

> **JEUDI 19 MARS 2020 - ★★ - Bouray-sur-Juine – Rocher Mignot**

Rdv : Parc Heller, 13h, 1/2 journée, Distance : 13km, Temps : 3h30, Voiture

> **VENDREDI 20 MARS 2020 - ★ - Chalo-St-Mars (Jonquilles)**

Rdv : Parc Heller, 10h, Mini journée, Distance : 9km, Temps : 2h30, Voiture + PN

> **DIMANCHE 22 MARS 2020 - ★★ - 15 bosses – Fontainebleau**

Rdv : Parc Heller, 9h, Journée, Distance : 11km, Temps : 6h, Voiture + PN, Dénivelé : 600m

> **LUNDI 23 MARS 2020 - ★★ - (index IBP=60) Bennecourt**

Rdv : Parc Heller, 8h, Journée, Distance : 19km, Temps : 5h, Voiture + PN

> **MARDI 24 MARS 2020 - ★★ - (index IBP=49) Autour de la Celle-les-Bordes**

Rdv : Parc Heller, 10h, Mini journée, Distance : 16km, Temps : 4h, Voiture + PN

> **JEUDI 26 MARS 2020 - ★★ - (index IBP=51) du Jardin du Luxembourg au Parc Heller**

Rdv : RER, 9h, Journée, Distance : 19km, Temps : 5h, PN

Billet RER aller : Paris, Billet retour : Métro entre Porte de Vanves et Châtillon

> **VENDREDI 27 MARS 2020 - ★★ - Forêt de St-Arnoult en passant par le Petit Ste-Mesme**

Rdv : Parc Heller, 9h, Journée, Distance : 14km, Temps : 4h, Voiture, Dénivelé : 200m

> **LUNDI 30 MARS 2020 - ★ - (index IBP=44) Bièvres**

Rdv : Parc Heller, 10h, Mini journée, Distance : 12km, Temps : 4h, Voiture + PN, Dénivelé : 200m

> **MARDI 31 MARS 2020 - ★★ - (index IBP=65) Pringy**

Rdv : Parc Heller, 9h, Journée, Distance : 26km, Temps : 7h, Voiture + PN, Dénivelé : 300m

> **JEUDI 2 AVRIL 2020 - ★★ - (index IBP=66) De Milly-la-Forêt au Château de Courances**

Rdv : Parc Heller, 8h, Journée, Distance : 28km, Temps : 7h30, Voiture + PN

Propositions de séjours

> **DU SAMEDI 25 JANVIER AU SAMEDI 1^{er} FEVRIER 2020 - ★★ - Séjour Raquettes de neige à La Feclaz**

Séjour : Inscriptions closes

> **DU MARDI 7 AVRIL AU SAMEDI 11 AVRIL 2020 - ★★ - Séjour Calanques de Marseille**

Séjour : Inscriptions à partir du lundi 4 novembre au mercredi 4 décembre 2019

> **DU SAMEDI 2 AU VENDREDI 8 MAI 2020 - ★★ - Belle-Île-en-mer**

Séjour : Inscriptions closes

> **du VENDREDI 5 au DIMANCHE 7 JUIN 2020 - ★★ - Traversée de la Baie du Mt St Michel**

Séjour : Inscriptions closes

> **DU SAMEDI 20 au SAMEDI 27 JUIN 2020 - ★★★ - Séjour à Peisey-Nancroix**

Séjour : Inscriptions closes

> **DU MERCREDI 23 AU MERCREDI 30 SEPTEMBRE 2020 - ★★★ - Randonnée dans le Cinque Terre**

Séjour : Inscriptions closes

Manifestations ouvertes à tous

> **DIMANCHE 5 AVRIL 2020 - l'Antonienne - 4^e édition**

Rdv : Parc Heller, réservez votre journée

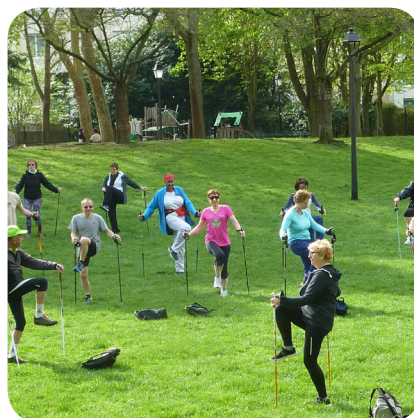
Au programme : Randonnées, Marche Nordique, Bungy-Pump et ..concert de jazz

Inscriptions sur le site "l'Antonienne.fr"



> **DIMANCHE 26 AVRIL 2020 - ★★★ - Marche de la Bièvre**

Inscription sur le site "marche de la Bièvre" à partir du 15/01/2020



AVF ANTONY, TOUTES LES INFORMATIONS PRATIQUES...

Notre permanence :

1 place Auguste Mounié

Tél. : 01 42 37 09 41

Internet :

Email : avf@avfantony.com

Site web : avfantony.com

Site Union Régional : avf.asso.fr/fr/ile-de-france

Site National : www.avf.asso.fr

Emplacements où se tiennent les activités. Situation et adresses.

