

• Légende

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 de départ = journée : 9h - 1/2 journée : 13h - spécifiques : **en rouge**

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

ATTENTION Vérifier d'éventuels changements dans l'onglet **ACTUALITÉS** du site.

• 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

> **MARDI 28 janvier 2020 -★★-** (index IBP=56) – Antony vers Ile Seguin et St Germain

RdV : Parc Heller, 9h, Journée, Distance : 20Km, Temps : 5h30, Départ à pied, Retour : Tram et RER

> **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

Cette situation à début décembre est susceptible d'évoluer.

CONSULTER LE SITE WEB : avfantony.com > onglet Activités > rubrique Randonnée.

> 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

Cette situation à début décembre est susceptible d'évoluer.

CONSULTER LE SITE WEB : avfantony.com > onglet Activités > rubrique Randonnée.

> DIMANCHE 5 AVRIL 2020 -l-Antoniennne – 4^{ème} édition

Rdv : Parc Heller, réservez votre journée

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

Inscriptions sur le site "l-Antoniennne.fr"

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

Inscription sur le site "[marche de la Bièvre](http://marche.de.la.bièvre.com)" à partir du 15/01/2020