

JEUDI 13 MARS 2025

10h > 19h

MaRando®



Présentation et utilisation de l'application gratuite et officielle de la FFRandonnée : MaRando®
ouvert à tous - toute la journée

10h10

Atelier lecture de carte & boussole



Quelques essentiels pour savoir s'orienter, lire une carte et utiliser la boussole.

Animateur : Daniel

8 personnes max.

10h30

Initiation Marche Nordique



Courte séance d'initiation à la Marche Nordique avec prêt de bâtons, en trois temps : échauffements, pratique des mouvements aux abords du Salon, étirements.

Animateur : Jean-Claude

10 personnes max.

11h00

Devant chacun de nos pas, les pas des baliseurs



Dans les coulisses du balisage, découvrez la passion des baliseurs et leurs outils les plus précieux : peinture, pochoirs, gabarits, pinceaux, autocollants...

Animateur : Hervé

8 personnes max.

11h30

Initiation Bâtons Dynamiques



Découvrez la marche avec bâtons dynamiques, une version de la marche nordique plus dynamique et ludique, avec des bâtons équipés d'un système de pompe.

Animateur : Jean-Claude

10 personnes max.

12h00

Atelier lecture de carte & boussole



Quelques essentiels pour savoir s'orienter, lire une carte et utiliser la boussole.

Animateur : Rémi

8 personnes max.

14h00

Atelier lecture de carte



Courte initiation à la lecture de carte pour apprendre à se repérer !

Animateur : Rémi

8 personnes max.

14h30

Initiation Marche Nordique



Courte séance d'initiation à la Marche Nordique avec prêt de bâtons, en trois temps : échauffements, pratique des mouvements aux abords du Salon, étirements.

Animateur : Pierre

10 personnes max.

15h00

Atelier utilisation de la boussole



Apprendre à utiliser et savoir s'orienter avec une boussole.

Animateur : Jean-Yves

8 personnes max.

15h30

Initiation Bâtons Dynamiques



Découvrez la marche avec bâtons dynamiques, une version de la marche nordique plus dynamique et ludique, avec des bâtons équipés d'un système de pompe.

Animateur : Jean-Claude

10 personnes max.

16h00

Atelier préparer son sac à dos et sa trousse de secours



Quelques conseils et astuces pour bien préparer le contenu de son sac à dos et de sa trousse de secours avant de partir en rando !

Animateur : Daniel

8 personnes max.

16h30

Initiation Marche Nordique



Courte séance d'initiation à la Marche Nordique avec prêt de bâtons, en trois temps : échauffements, pratique des mouvements aux abords du Salon, étirements.

Animateur : Jean-Claude

10 personnes max.

17h00

Atelier lecture de carte & boussole



Quelques essentiels pour savoir s'orienter, lire une carte et utiliser la boussole.

Animateur : Patrick

8 personnes max.

17h30

Initiation Bâtons Dynamiques



Découvrez la marche avec bâtons dynamiques, une version de la marche nordique plus dynamique et ludique, avec des bâtons équipés d'un système de pompe.

Animateur : Pierre

10 personnes max.



VENDREDI 14 MARS 2025

10h > 19h **MaRando®**



Présentation et utilisation de l'application gratuite et officielle de la FFRandonnée : MaRando® *ouvert à tous - toute la journée*

10h10 **Atelier lecture de carte & boussole**



Quelques essentiels pour savoir s'orienter, lire une carte et utiliser la boussole.

Animateur : Laurent

8 personnes max.

10h30 **Initiation Marche Nordique**



Courte séance d'initiation à la Marche Nordique avec prêt de bâtons, en trois temps : échauffements, pratique des mouvements aux abords du Salon, étirements.

Animateur : Jean-Claude

10 personnes max.

11h00 **Devant chacun de nos pas, les pas des baliseurs**



Dans les coulisses du balisage, découvrez la passion des baliseurs et leurs outils les plus précieux : peinture, pochoirs, gabarits, pinceaux, autocollants...

Animateur : Eric

8 personnes max.

11h30 **Initiation Bâtons Dynamiques**



Découvrez la marche avec bâtons dynamiques, une version de la marche nordique plus dynamique et ludique, avec des bâtons équipés d'un système de pompe.

Animateur : Jean-Claude

10 personnes max.

12h00 **Atelier préparer son sac à dos et sa trousse de secours**



Quelques conseils et astuces pour bien préparer le contenu de son sac à dos et de sa trousse de secours avant de partir en rando !

Animateur : Laurent

8 personnes max.

13h30 **Les nouvelles pratiques de randonnée**



Fast Hiking, Marche Afghane... jamais entendu parlé ? Laurent vous explique ces nouvelles activités sportives qui vont en inspirer plus d'un !

Animateur : Laurent

8 personnes max.

15h00 **Initiation Marche Nordique**



Courte séance d'initiation à la Marche Nordique avec prêt de bâtons, en trois temps : échauffements, pratique des mouvements aux abords du Salon, étirements.

Animateur : Jean-Claude

10 personnes max.

16h00 **Initiation Bâtons Dynamiques**



Découvrez la marche avec bâtons dynamiques, une version de la marche nordique plus dynamique et ludique, avec des bâtons équipés d'un système de pompe.

Animateur : Jean-Claude

10 personnes max.

SAMEDI 15 MARS 2025

10h > 19h **MaRando®**



Présentation et utilisation de l'application gratuite et officielle de la FFRandonnée : MaRando® *ouvert à tous - toute la journée*

10h30 > 11h20 **Projection Mon GR® Préféré**



Mon GR® Préféré spécial Montage avec Hoka. Rendez-vous à la salle du Festival Expérience Nature.
Une évasion FFRandonnée *ouvert à tous*

11h30 **Atelier jeunesse**



Atelier ludique pour les enfants, sur le balisage en randonnée, la signalétique et la légendes d'une carte.
Animatrice : Anne *6 personnes max.*

14h00 **Atelier jeunesse**



Atelier ludique pour les enfants, sur le balisage en randonnée, la signalétique et la légendes d'une carte.
Animatrice : Anne *6 enfants max.*

16h00 **Atelier jeunesse**



Atelier ludique pour les enfants, sur le balisage en randonnée, la signalétique et la légendes d'une carte.
Animatrice : Anne *6 enfants max.*

DIMANCHE 16 MARS 2025

9h30 **Randonnée du salon Destinations Nature**



Un itinéraire de 8 à 9 km en 3 heures dans Paris. La rando passera par certains sites des Jeux Olympiques et Paralympiques de Paris 2024 ! >> Départ des Invalides.
Organisée par le Comité de Paris
ouvert à tous

10h > 18h

MaRando®



Présentation et utilisation de l'application gratuite et officielle de la FFRandonnée : MaRando®
ouvert à tous - toute la journée

10h30 **Projection Mon GR® Préféré**

> 11h20



Mon GR® Préféré spécial Montage avec Hoka. Rendez-vous à la salle du Festival Expérience Nature. Une évasion FFRandonnée
ouvert à tous

10h30 **Atelier lecture de carte & boussole**



Quelques essentiels pour savoir s'orienter, lire une carte et utiliser la boussole.
Animateur : Patrick
8 personnes max.

11h00 **Atelier jeunesse**



Atelier ludique pour les enfants, sur le balisage en randonnée, la signalétique et la légendes d'une carte.
Animateur : Guy
6 enfants max.

11h30 **Initiation Marche Nordique**



Courte séance d'initiation à la Marche Nordique avec prêt de bâtons, en trois temps : échauffements, pratique des mouvements aux abords du Salon, étirements.
Animateur : Pierre
10 personnes max.

12h00 **Initiation Bâtons Dynamiques**



Découvrez la marche avec bâtons dynamiques, une version de la marche nordique plus dynamique et ludique, avec des bâtons équipés d'un système de pompe.
Animateur : Pierre
10 personnes max.

14h00 **Atelier lecture de carte**



Courte initiation à la lecture de carte pour apprendre à se repérer !
Animateur : Rémi
8 personnes max.

14h30 **Initiation Marche Nordique**



Courte séance d'initiation à la Marche Nordique avec prêt de bâtons, en trois temps : échauffements, pratique des mouvements aux abords du Salon, étirements.
Animateur : Pierre
10 personnes max.

15h00 **Atelier lecture de carte & boussole**



Quelques essentiels pour savoir s'orienter, lire une carte et utiliser la boussole.
Animateur : Patrick
8 personnes max.

15h30 **Initiation Bâtons Dynamiques**



Découvrez la marche avec bâtons dynamiques, une version de la marche nordique plus dynamique et ludique, avec des bâtons équipés d'un système de pompe.
Animateur : Pierre
10 personnes max.

16h00 **Atelier jeunesse**



Atelier ludique pour les enfants, sur le balisage en randonnée, la signalétique et la légendes d'une carte.
Animateur : Guy
6 enfants max.

16h30 **Atelier utilisation de la boussole**



Apprendre à utiliser et savoir s'orienter avec une boussole.
Animateur : Rémi
8 personnes max.

17h00 **Atelier jeunesse**



Atelier ludique pour les enfants, sur le balisage en randonnée, la signalétique et la légendes d'une carte.
Animateur : Guy
6 enfants max.