

LES SENTIERS DE TRAVERSE

Cercle affilié à énéoSport asbl



Evènements particuliers : voir page 2

Voici le programme d'activités des prochains mois.

Dates	Heures	Lieux de rendez-vous	Types de marches		
			Soutenue	Modérée	Paisible
			Les animateurs		
lundi 28 avril					
mercredi 30 avril					
vendredi 2 mai	10h00 à 12h00	Auderghem Forêt (T Bus 44)	Jean-François	Jean-Pierre	Yen
lundi 5 mai	10h00 à 12h00	Groenendaal		Wolfgang	M. du tram (Jacques)
mercredi 7 mai	10h00 à 12h00	Parking enfants noyés (tram 8)	Wolfgang	Richard	
vendredi 9 mai	10h00 à 12h00	Wiener (tram 8)	Joëlle	Yen	M. du tram (Geneviève)
lundi 12 mai	10h00 à 12h00	Tervueren (terminusT Bus 44)		Jean-Pierre	Geneviève
mercredi 14 mai	10h00 à 12h00	Centre ADEPS Auderghem	Jean-François	Claude	
vendredi 16 mai	10h00 à 12h00	Boitsfort Gare (tram 8)	Joëlle	Richard	Huguette
lundi 19 mai	10h00 à 12h00	Parking enfants noyés (tram 8)		Jean-Pierre	Jacques
mercredi 21 mai	10h00 à 12h00	Quatre-Bras (T Bus 44)	Jean-François	Claude	
vendredi 23 mai	10h00 à 12h00	Auderghem Forêt (T Bus 44)	Joëlle	Frans	M. du tram (Yen)
lundi 26 mai	10h00 à 12h00	Groenendaal		Wolfgang	M. du tram (Geneviève)
mercredi 28 mai	10h00 à 12h00	Wiener (tram 8)	Jean-Pierre	Jean-François	
vendredi 30 mai	10h00 à 12h00	Tervueren (terminusT Bus 44)	Joëlle	Richard	Huguette
lundi 2 juin	10h00 à 12h00	Jezus-Eik		Wolfgang	M. du tram (Geneviève)
mercredi 4 juin	10h00 à 12h00	Boitsfort Gare (tram 8)	Joëlle	Jean-Pierre	
vendredi 6 juin	10h00 à 12h00	Centre ADEPS Auderghem	Frans	Claude	M. du tram (Yen)
lundi 9 juin	10h00 à 12h00	Parking enfants noyés (tram 8)		Jean-François	Huguette
mercredi 11 juin	10h00 à 12h00	Quatre-Bras (T Bus 44)	Richard	Yen	
vendredi 13 juin	10h00 à 12h00	Auderghem Forêt (T Bus 44)	Jean-Pierre	Frans	M. du tram (Geneviève)
lundi 16 juin	10h00 à 12h00	Boitsfort Gare (tram 8)		Richard	Jacques
mercredi 18 juin	10h00 à 12h00	Wiener (tram 8)	Wolfgang	Frans	
vendredi 20 juin	10h00 à 12h00	Tervueren (terminusT Bus 44)	Jean-François	Yen	Richard
lundi 23 juin	10h00 à 12h00	Boitsfort Gare (tram 8)		Jean-Pierre	Geneviève
mercredi 25 juin	10h00 à 12h00	Centre ADEPS Auderghem	Joëlle	Frans	
vendredi 27 juin	10h00 à 12h00	Parking enfants noyés (tram 8)	Jean-François	Claude	Jacques
lundi 30 juin	10h00 à 12h00	Quatre-Bras (T Bus 44)	Jean-Pierre	Frans	Geneviève

Types de marche

Paisible (+/- 3km/h) : marche avec bâtons. Activité douce avec bâtons d'une durée de 1h30.

Modérée (+/- 4 km/h) : marche nordique.

Le guide s'adapte dans la mesure du possible à l'allure du groupe. Départ à 10h00 - durée 2 heures.

Soutenue (+/- 5km/h) : marche nordique.

Le groupe s'adapte à l'allure du guide. Départ à 10h00 - durée 2 heures.

Certains jours, vous aurez la surprise de rejoindre une marche silencieuse guidée par Andrée.

Randonnées avec Andrée (hors planning).

Les 1er et 3ème lundis. Le point de départ est annoncé par mail le week-end, veille de l'activité.

Dans l'agglomération bruxelloise le 1er lundi du mois (10h00)

En dehors de Bruxelles le 3e lundi du mois (10h00)

La STIB a supprimé l'arrêt de tram Coccinelles - rendez-vous maintenu au parking des enfants noyés.

L'arrêt "Hippodrome" est déplacé, environ à mi-distance entre les anciens arrêts de Coccinelles et de Hippodrome.

Il convient donc de descendre du tram à l'arrêt Hippodrome et de se rendre au lieu de rendez-vous maintenu sur le parking des enfants noyés.

Jesus-Eik 10h00 à 12h00

(rendez-vous Église Notre Dame au bois)

09:24 Gare Etterbeek (ou Delta 09:30 ou Hermann Debroux 09:34) Bus DeLijn R75 jusqu'à Overijse Meeusstraat 09:45

Groenendaal 10h00 à 12h00 (rendez-vous devant la gare)

Gare d'Etterbeek train S8 à 09:46 (ou aux gares de Boitsfort à 09:50, Luxembourg à 09:42, Schuman, Nord, Central et Midi) jusqu'à la gare Groenendaal

(Alternative: 09:29 bus TEC 366 de Flagey jusqu'à l'arrêt Hoeilaart Melkerij 09:48.) »

Les animateurs

Andrée (0473 66 38 39)

Claude (0475 94 45 45)

Frans (0475 63 96 50)

Geneviève (0499 11 83 13)

Huguette (0478 96 22 48)

Jean-Pierre (0476 29 11 01)



Retrouvez toutes les informations sur

<https://www.les-sentiers-de-traverse.be/>

Monique (0472 60 21 08)

Joëlle (0474 90 07 63)

Jacques (0475 46 08 89)

Jean-François (0484 919 285)

Richard (0468 30 93 02)

Wolfgang (0478 48 00 05)

Yen (0475 30 17 97)

Une question ou une suggestion ?

Adresse email des Sentiers de Traverse

sdt.eneosport@gmail.com

Geneviève Vanbrabant

Trésorière

0476 52 17 22

Richard Laden

Président

0468 30 93 02

Frans Hofman

Secrétaire

0475 63 96 50