ANIMATIONS INITIATIONS ~ ATELIERS

Inscription préalable obligatoire à l'entrée du salon.

DÉCOUVERTE DU BUNGYPUMP

Organisée par la FFRandonnée (stand B38)

Vendredi à 15h30 & 17h
Samedi à 11h & 15h30
Dimanche à 11h & 15h30

Lieu de rendez-vous : Accueil du salon **Lieu de l'animation :** Parc de la Tête d'Or[1]

1h 10 pers.

Venez avec des chaussures de sport, une tenue confortable, et on vous prête des bâtons dynamiques pour une heure d'activité intuitive et ludique alternant marche active et exercices de renforcement musculaire et de coordination, jeux d'adresse, etc. Prêt des bâtons inclus.

DÉCOUVERTE DE LA MARCHE NORDIQUE

Organisée par le Bureau Montagne de Lyon (stand D21)

Vendredi à 11h
Dimanche à 13h

Lieu de rendez-vous : Accueil du salon **Lieu de l'animation :** Parc de la Tête d'Or[1]

1h 10 pers.

Venez découvrir les bienfaits de la marche nordique, un sport santé accessible à tous.

Apprentissage et pratique du geste de la marche nordique. Cette séance vous donnera un aperçu de l'activité dans une ambiance ludique et conviviale. Prêt des bâtons inclus.

Durée de l'animation Nombre de participants maximum par session
Animation accessible aux enfants

[1]Animation pouvant être annulée en cas de mauvais temps
Programme non contractuel – susceptible de modifications.

JEU D'ORIENTATION

Organisée par le Bureau Montagne de Lyon (stand D21)

Vendredi à 15h

Lieu de rendez-vous : Accueil du salon **Lieu de l'animation :** Parc de la Tête d'Or[1]

1h 12 pers.

Cette animation d'orientation en extérieur vous apprendra de façon pratique et interactive à utiliser cartes, boussoles et applications. Ceci par un jeu sur les courbes de niveau, un jeu pour reconnaître les différents couleurs sur les cartes IGN, et un autre pour savoir utiliser une application de cartographie et bien la choisir.

À LA DÉCOUVERTE DU MONDE VÉGÉTAL

Organisée par le Bureau Montagne de Lyon (stand D21)

Samedi à 11h

Lieu de rendez-vous : Accueil du salon **Lieu de l'animation :** Parc de la Feyssine[1]

1h 10 pers. 10 ans et +

Initiation à la botanique et reconnaissance de la flore du Parc de la Feyssine. Balade en bords de Rhône afin de découvrir et comprendre le cycle de vie des végétaux qui nous entourent.

BIEN PRÉPARER SON SAC À DOS

Organisée par le Bureau Montagne de Lyon (stand D21)

Samedi à 15h

Lieu de rendez-vous : Restaurant (accueil du salon)

1h 15 pers.

Comment bien préparer son sac pour partir en randonnée ? Quels matériels et équipements prendre ? Ne pas oublier l'indispensable et éviter d'être trop chargé, en optimisant le rangement pour un confort de marche optimal.

ESCAPE GAME NATURE

« À la recherche de la potion mystique sur le chemin des anciens »

Organisée par le Bureau Montagne de Lyon (stand D21)

Dimanche à 11h et 14h30

Lieu de rendez-vous : Accueil du salon **Lieu de l'animation :** Parc de la Tête d'Or[1]

1h30 6 pers. 12 ans et +

Il y a des siècles, dans une forêt enchantée, vivait une tribu de sages anciens qui possédaient un secret précieux : la recette de la potion mystique. Participez à la recherche de cette recette en résolvant des énigmes et en s'éveillant à la nature.