



Centred'ActivitésPhysiquesAdultesMouvables



www.capam.fr

VILLENEUVE D' ASCQ - LE HERON

Le CAPAM vous invite à cette sortie hivernale d'une demi-journée le

SAMEDI 16 DECEMBRE 2017



Venez nombreux vous détendre avec vos proches sur les sentiers de ce vaste poumon vert situé au coeur de Villeneuve d' Ascq. Trente kilomètres de chemins sillonnent cet espace naturel mais rassurez-vous nous n'en ferons que **9 (km)**

Rendez-vous

Rendez-vous à 13h50 (pour un **départ à 14h**) au **parking P7 face au musée des moulins.**

Itinéraire

Autoroute A1 direction Villeneuve d' Ascq. Après le virage de Babylone sortir direction musée d' art moderne (LAM). Passer sous l' A1 en direction des moulins . Très rapidement suivre le panneau P7.

Programme

Tantôt sous bois, tantôt le long de l' eau nous découvrirons la Marque, le quartier de la Brigode, le lac du héron, la colline des Marchennes (alt. 40m) faite des terres de remblais provenant du creusement des lacs dans les années 70, le pavillon de chasse construit en 1685 dans un marais et successivement la propriété des familles de Brigode puis de Montalembert. Nous terminerons la promenade par la traversée du parc du LAM (musée d' art moderne) où vous pourrez admirer quelques sculptures.

Retour aux voitures vers 16h15

Gaëtane LEMAN 03 20 82 76 36

Jean-Jacques BIESBROUCK 06 33 47 17 42