

**SAMEDI 3 SEPTEMBRE À 14H**

**Traversée cycliste antigaspi**  
Balade à vélo sur le thème de l'alimentation durable.

 12 km - Départ : Paris  
Avec : Cyclofficine (Paris) & La Pépinière (Aubervilliers)

**DIMANCHE 4 SEPTEMBRE À 14H**

**Traversée de l'agriculture urbaine en rollers**

Parcours le long du canal de l'Ourcq jusqu'à la ferme « La Prairie du Canal » à Bobigny.

 4 km - Départ : Pantin  
Avec : La Sauge (Bobigny) & Flaneurz Roller Skating Club (Pantin)

**SAMEDI 10 SEPTEMBRE À 10H**

**Traversée en poésie**

Ateliers d'écriture et performances d'artistes.

 5,3 km - Départ : Paris  
Avec : L'Oiseau Lyre (Le Pré-Saint-Gervais) & la Comédie des anges (Paris)

**SAMEDI 10 SEPTEMBRE À 14H**

**Traversée performée**

Déambulation artistique à travers le paysage.

 5 km - Départ : Paris  
Avec : La Compagnie d'un jour (Paris) & le CDRP75 (Paris)

**DIMANCHE 11 SEPTEMBRE À 10H**

**Traversée « Nature et Nous »**

Découverte de l'expression corporelle et artistique, initiation à la danse et au yoga.

 8 km - Départ : Montreuil  
Avec : Transat (Fontenay-sous-Bois) & La Main Gauche (Fontenay-sous-Bois)

**SAMEDI 17 SEPTEMBRE À 10H**

**Traversée nature, art et patrimoine dans la ville**


Balade et fabrication de mandalas avec des éléments naturels.

 5 km  
Départ : Fontenay-sous-Bois  
Avec : le Collectif Ohého (Fontenay-sous-Bois) & le CDRP75 (Paris)

**SAMEDI 17 SEPTEMBRE À 14H**

**Traversée sophro et vélo**

Promenade à vélo avec des arrêts d'initiation à la sophrologie.

 10 km  
Départ : Le Pré Saint-Gervais  
Avec : STAARP Tandem (Montreuil) & La clef des champs (Pantin)

**SAMEDI 17 SEPTEMBRE À 14H**

**Traversée cycliste antigaspi**

Traversée à vélo sur le thème de l'alimentation durable.

 12 km - Départ : Paris

**DIMANCHE 18 SEPTEMBRE À 10H**

**Traversée croquée**

Balade et initiation au dessin de végétaux.

 9,3 km - Départ : Paris  
Avec : Art-Exprim (Paris) & La petite Reine de Montreuil

**SAMEDI 24 SEPTEMBRE À 10H**

**Traversée de l'Histoire de la Commune**

Balade commentée en lien avec la Commune de Paris.

 8,5 km - Départ : Paris  
Avec : Le Godillot Noiséen (Noisy-le-Sec) & Histoire et vie 10e (Paris)

**DIMANCHE 25 SEPTEMBRE À 9H30**

**Traversée traces et musique**

Balade avec arts plastiques et musique improvisée en live.

 8 km - Départ : Les Lilas

**DIMANCHE 25 SEPTEMBRE À 10H**

**Traversée des oiseaux et des nichoirs**

Observation d'oiseaux et construction d'un nichoir dans un terrain d'aventure.

 2,6 km - Départ : Bagnolet  
Avec : LPO Ile-de-France (Montreuil) & La Petite Plage (Bagnolet)

**DIMANCHE 25 SEPTEMBRE À 13H30**

**Traversée « reprends ton souffle »**

Des danseurs inviteront à danser, respirer et analyser le paysage.

 6 km - Départ : Paris  
Avec : Ateliers Saint Martin (Paris) & le CDRP75 (Paris)

**DIMANCHE 25 SEPTEMBRE À 15H**

**Traversée « Nature et Nous »**

Découverte de l'expression corporelle et artistique, initiation à la danse et au yoga.

 8 km - Départ : Montreuil

**DIMANCHE 25 SEPTEMBRE À 15H**

**Traversée des paysages à vélo**

Balade des parcs pour dessiner et raconter le paysage.

 5 km - Départ : Montreuil  
Avec : Marie Colboc (architecte) pour Vivacités (Paris) & Fontenay Vélo (Fontenay-sous-Bois)

**SAMEDI 1 OCTOBRE À 14H**

**Traversée cycliste antigaspi**

Promenade à vélo sur le thème de l'alimentation durable.

 12 km - Départ : Paris

**SAMEDI 8 OCTOBRE À 10H**

**Traversée de l'Histoire de la Commune**

Balade commentée en lien avec la Commune de Paris.

 8,5 km - Départ : Paris

**DIMANCHE 9 OCTOBRE À 10H**

**Traversée « Nature et Nous »**

Découverte de l'expression corporelle et artistique, initiation à la danse et au yoga.

 8 km - Départ : Montreuil

**SAMEDI 15 OCTOBRE À 10H**

**Traversée land art à vélo**

Visite d'œuvres de Land art, création de land-art collectif.

 8 km  
Départ : Fontenay-sous-Bois  
Avec : TIGE (Fontenay-sous-Bois) & Cocycllette (Paris)

**SAMEDI 15 OCTOBRE À 14H**

**Traversée cycliste antigaspi**

Traversée à vélo sur le thème de l'alimentation durable.

 12 km - Départ : Paris

**SAMEDI 15 OCTOBRE À 14H**

**Traversée sophro et rando**

Balade à pied avec des arrêts d'initiation à la sophrologie.

 7 km - Départ : Bagnolet  
Avec : La Clef des Champs (Pantin) & la Section rando de l'association des auxiliaires des aveugles (Paris)

**DIMANCHE 16 OCTOBRE À 10H**

**Traversée de la nature dansée**

Marche sensible et chorégraphie.

 7,5 km  
Départ : Fontenay-sous-Bois  
Avec : Jeux des bulles (Les Lilas) & Docking Cie (Paris)

**SAMEDI 22 OCTOBRE À 10H**

**Traversée des insectes**

Découverte ludique de la biodiversité.

 4,5 km - Départ : Paris  
Avec : Les Passeurs de curiosité (Paris) & Kapital Jeunesse (Paris)



**Est Ensemble**  
Grand Paris

Pour le climat  
et la justice sociale!



septembre  
octobre 2022

GRATUIT



# LES PETITES TRAVERSÉES



**+ DE 20 BALADES DÉCOUVERJE**

sur la Promenade des Hauteurs  
et des Berges de l'Ourcq

**SUR INSCRIPTION**

INFOS & DÉTAILS



 = Jeune public

## PARTEZ À L'AVENTURE. LE TEMPS D'UNE JOURNÉE

**Expérimenter la sophrologie en forêt ? Créer une œuvre collective de Land art ? Observer les petites bêtes à hauteur d'enfant ? Dessiner les paysages en dansant ? Suivre les abeilles de ruches en ruche ?**

À pied, à vélo ou même en roller, partez à la découverte de cette grande promenade qui prend de la hauteur sur le plateau de Romainville et vous rafraîchit en longeant le canal de l'Ourcq. Chaque traversée vous est concoctée par un duo d'association de l'est parisien et de la ville de Paris.

Grâce aux Petites Traversées, venez tester le parcours de la grande promenade verte qui sera aménagée l'an prochain, et venez découvrir les activités qui s'y installeront. Si vous le souhaitez, vous pourrez mener une enquête artistique et photographique lors des traversées.

Ces balades sont organisées par Est Ensemble et la Ville de Paris et soutenues par le fond de dotation « Impact 2024 » dans le cadre des Jeux Olympiques et Paralympiques. Coordination : Cuesta. Enquête artistique et photographique : Gongle.



## PRENEZ DANS VOTRE SAC À DOS

- De bonnes chaussures
- Une tenue adaptée à la météo
- De la crème solaire
- De l'eau
- Un encas
- Un carnet et un stylo
- Du matériel spécifique en fonction de l'activité

Retrouvez l'ensemble du programme des **PETITES TRAVERSÉES**

[EST-ENSEMBLE.FR/PETITES-TRAVERSEES-2022](http://EST-ENSEMBLE.FR/PETITES-TRAVERSEES-2022)

## TRAVERSEZ LA PROMENADE DES HAUTEURS ET DES BERGES DE L'OURCQ

Les petites traversées se déroulent le long et à travers la Promenade des Hauteurs et des Berges de l'Ourcq, au cœur du territoire d'Est Ensemble, et en lien avec Paris, Fontenay-sous-Bois et Rosny-sous-Bois. La Promenade est une boucle de 42 km qui relie, petit à petit, 220 hectares d'espaces verts en un « parc naturel urbain », à la fois espace de vie et de loisirs.

