

LA TRIENTALE

PROGRAMME DES ACTIVITES : juillet-août-septembre 2024

Samedi 20 juillet – Solwaster (Jalhay) – La Trientale – ½ j

Yoga dans la nature – Retrouver sa lumière intérieure

Ce circuit d'un peu plus de 4 km sur les hauteurs de Solwaster combine marche en conscience et pratiques de yoga (postures, respiration, méditation, mantras...).

Accessible à tous, cette activité invite à se connecter à la nature pour retrouver sa lumière intérieure. **RV à 9h30** au bout de la route qui monte (2 km) depuis l'église de Solwaster – 4845 Jalhay. Groupe limité à 15 personnes. Fin vers 12h30. PAF : 3 €.

Inscription obligatoire : M-E Castermans au 0495 44 65 10 ou c.marie.eve@gmail.com

Guide : Martine Duprez et pour plus de renseignements : 0475 46 41 96.

Samedi 10 août – Heppenbach (Amel) – La Trientale (1 /2 journée)

Un Eifel forestier et bucolique

Non loin des sources de l'Amblève, le sud-ouest de l'Eifel propose des reliefs dépaysants. Après avoir découvert un très créatif sentier didactique à Halenfeld, hameau de Heppenbach, nous nous enfoncerons dans le massif forestier qui prolonge le Parc naturel Hautes-Fagnes-Eifel. Des vallons étroits riches en zones humides, des crêtes jusqu'à 600 mètres chargées d'histoire. **Rendez-vous à 9h45** au parking du sentier didactique de Halenfeld. Suivre les panneaux « Waldlehrpfad » depuis Mirfeld (en venant de St-Vith ou Amel) ou depuis Heppenbach (en venant de Bütgenbach).

7,5 km environ, fin probable vers 13h-13h30. Renseignements : **Jean-Paul Collette 0474 99 70 75** – jpcollette63@gmail.com

Samedi 7 septembre – Blanchefontaine (Petit-Thier) – La Trientale – 1 j

Le beau village de Blanchefontaine

Dans le cadre des 40 ans de la Trientale, nous marcherons sur les traces d'Henri Jacquemin qui nous guida en 2009 dans le beau village de Blanchefontaine (marche à allure réduite dans la montée vers la ferme des mauvaises pierres). Promenade historico-paysagère d'environ 12 kilomètres. **RV à 9h45** à l'église de Petit-Thier – 6692 Vielsalm. Fin vers 16h. PAF : 2 €. Prévoir chaussures étanches ou bottes pour les 2 premiers km ou, pour ceux qui le souhaitent, rendez-vous à 10h55 à la "ferme des Mauvaises Pierres" à Poteau – Petit-Thier/Vielsalm. Prévoir pique-nique.

Guides : Françoise Dale accompagnée de Mariia Rukhanska. Infos au 0485 95 56.45.