



LA MARCHE NORDIQUE
VOICI LE PLANNING DU MOIS DE
SEPTEMBRE ET DEBUT OCTOBRE
2024



LE MARDI 03 SEPTEMBRE

CELLETES

Rendez-vous au Château d'eau



LE MARDI 01 OCTOBRE

FONTAINES EN SOLOGNE

Parking de l'école et de la mairie



RDV : **8h40**

Début de séance : 8h50

précise Évolution Marche

Nordique : **9h00**

ÉQUIPEMENT PRÉCONISÉ :

Chaussures de marche (taille basse)

Prévoir dans le sac à dos : boisson et nourriture.

Trousse de secours individuelle conseillée,

Ou une couverture de survie.

CONTACTS ALAIN B – 06 41 91 41 04

MAIL - bailly.alainl@wanadoo.fr