



LA MARCHÉ NORDIQUE
VOICI LE PLANNING DU MOIS DE
NOVEMBRE 2024



LE MARDI 05 NOVEMBRE

BRACIEUX

Parking place de l'église



LE MARDI 26 NOVEMBRE

FOUGERES SUR BIEVRE

Nouveau circuit

Parking de l'église à côté château

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