



## CALENDRIER MARCHE NORDIQUE

SAISON 2015-2016 2ème TRIMESTRE

Sortie	Janvier	Février	Mars	Avril	Mai	Juin
<b>Mardi</b>	12	2	8 et 29		3	14
Merci de vous inscrire le samedi précédent la sortie au plus tard						
<b>Samedi</b>	23	13	19	9	14	4
Merci de vous inscrire avant le mercredi précédent la sortie au plus tard						

**RAPPEL** : toutes les séances se font sur inscription aux dates indiquées sur le bulletin d'information par mail à [laurence.williot@orange.fr](mailto:laurence.williot@orange.fr)

Merci de nous indiquer votre taille lors de votre 1ere inscription afin de prévoir les bâtons correspondants.

Si vous voulez acquérir une paire de bâtons, n'hésitez pas à nous le demander, nous pouvons vous faire bénéficier de notre tarif spécial association.

Equipements à prévoir pour la marche nordique : une paire de chaussure de trail ou de randonnée basse de préférence, un sac à dos étroit, un pantalon de sport taillé près du corps si possible, un vêtement de pluie (pas de cape).

**Pour tous renseignements complémentaires, contactez Laurence WILLIOT au 06.85.86.14.37**