



## LA MARCHE NORDIQUE VOICI LE PLANNING DU MOIS DE JUILLET 2024



### LE MARDI 16 JUILLET

#### CELLETTES

RDV au Château d'eau



### LE MARDI 30 JUILLET

#### VINEUIL

RDV école des pompiers rue Cugnot



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.alain@wanadoo.fr](mailto:bailly.alain@wanadoo.fr)**