



## **LA MARCHÉ NORDIQUE**

### **VOICI LE PLANNING DU MOIS**

### **DE DECEMBRE 2025**



**TOUJOURS 2 DISTANCES POUR CHAQUE MARCHÉ**

### **LE MARDI 09 DECEMBRE**

#### **CELLETES**

Parking : au château d'eau



### **LE MARDI 16 DECEMBRE**

#### **CHAMBORD LA CANARDIERE**

Parking : la canardière route de Thoury



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