

## Saison 2019 & 2020

### Les rendez-vous de Marche Nordique du 1er cycle

Les séances ont lieu tous **les mercredis et samedis de 9h à 11H**



- Mickael Morillon (Entraîneur FFA) :06.21.54.56.28
- Sandrine Rouxel (Entraîneur FFA) :06.62.48.01.19
- Patrice Bertaud (Le Président) :06.60.49.86.91
- Jean Besnard (le référent marche nordique):06.02.61.88.97

**Un geste pour la planète :**  
A l'échelle de la planète la consommation  
à été multiplié par 6 en 1 siècle et  
seulement 1% du volume est bu !  
**Economiser l'eau dans votre quotidien.**

| Dates  | Villes   | Lieux de départ   |
|--|--|---|
| Merc 11 sept<br>Samedi 14 sept   | St Florent le Vieil                            | Parking de la Piscine au Mont Glone<br><b>Révision de la technique</b>  |
| Merc 18 sept<br>Samedi 21 sept   | La Chapelle St Florent                         | Direction le Moulin de 'l' Epinay et<br>prendre la grande descendre jusqu'au<br>lieu dit : <b>Coulaines</b> ...près de l'Evre !                                     |
| Merc 25 sept<br>Samedi 28 sept   | St Germain des Prés<br><b>Nouveau Parcours</b> | Terrain de Foot<br>de St Germain des prés   |
| Merc 2 oct<br>Samedi 5 oct   | St Quentin en Mauves                           | Parking à 50m droite après l'église,<br>route du Pin en Mauves  |
| Merc 9 oct<br>Samedi 12 oct  | St Laurent du Mottay                           | Place de l'église   |
| Merc 16 oct<br>Samedi 19 oct   | Anetz  | RDV à la Chaussée traverser le bourg en direction de<br>la Loire après franchissement sous la voie ferrée.<br><b>On fêtera les Anniversaires d'aout sept et oct</b> |
| <p>Vacances de la Toussaint 21 oct au 3 nov 2019<br/>la reprise se fera <b>à la boire de Champocé sur loire</b> la semaine du <b>mercredi 6 nov 2019</b></p> |  |   |



Bonne saison de marche  
nordique à tous. !

**Covoiturage :**  
Rendez vous **8h30 et  
8h45 en fonction des  
parcours** au parking de la  
salle de sport de Varades.