

Marche Nordique

PROGRAMME AUTOMNE 2025

Vendredi	06 – 11	Tournon : après le manège de chevaux de Frontenex
Jeudi	13 – 11 (Exceptionnel !)	Idem que ci-dessus
Vendredi	21 – 11	Forêt de Rhonne : Départ Pont Albertin
Vendredi	28 – 11	Lac de St Vital
Vendredi	05 – 12	Pont de Frontenex : Chemin de la Digue
Vendredi	12 – 12	Lac de Ste Hélène
Vendredi	19 – 12	Lac de Grésy (Collation)

Animateurs : CHAPUIS Christiane
DUNAND Bernadette
HENRY Jean Patrick
PERRIER Odile

- *Chaque groupe est encadré par un animateur, vous êtes sous sa responsabilité*
- *Vérifier votre aptitude à pratiquer la marche nordique*
- *Avoir sur soi sa licence FFRS, sa carte d'identité, sa carte vitale et son passeport santé*
- *Porter un équipement adapté à la météo ; ne vous surchargez pas.*

Transport :

- Co-voiturage (0.41€/km) – par voiture
- Départ **13 h 30** Place Borel - Albertville **sauf le 21 novembre : RV sur place**