

Les rendez-vous de Marche Nordique
Saison 2024-2025 2eme cycle

- **Mardi : 16H-17H Marche Nordique Santé**

Les entraîneurs de marche nordique



- **Mickael Morillon** : 06.21.54.56.28
- **Marie France Genty** : 06.81.22.36.05

Dates	Villes	Lieux de départ
Mardi 5 Novembre	La Pommeraye	Parc des Rinières à la Pommeraye <i>Reprise Ateliers Techniques</i>
Mardi 12 Novembre	Le Mesnil en Vallée	Parking de la Mairie du Mesnil
Mardi 19 Novembre	Chalonnnes	Parking de St Vincent A l'entrée de Chalonnnes au rond point prendre à G sur 500m et descendre à G avant le virage
Mardi 26 décembre	Montjean sur Loire <i>(Circuit des Fours à Chaux)</i>	Parking de la VNF à 400m du pont de l'île de Chalonnnes
Mardi 3 décembre	St Florent le Vieil	Au Mont Glone Parking de la PISCINE / Terrain de foot
Mardi 10 décembre	Saint Martin du Fouilloux (Nouveau)	Parking à l'entrée du bois
Mardi 19 décembre 	ST Laurent du Mottay <i>La ronde du Père Noel</i>	Parking de la salle de sport "Convivialité de Noel » <i>Fête les anniversaires de nov et Déc +Tous les autres mois</i>

Vacances de Noel du 23 déc au 5 janvier 2025
La reprise se fera le mardi 7 janvier 2025



- Niveau 1: marche de 4 à 5 km/ h
- Niveau 2 : marche de 5 à 6 km/h
- Niveau 3 : marche de 6 à 9 km/ h