



INITIATION MARCHE NORDIQUE

(activité animée alternativement par Géraldine, Sandrine, Gilles, Laurent)

samedis (9h00-11h00) : 14 - 21 - 28 septembre 2019 5 - 12 - 19 - 26 octobre 2019

inscription obligatoire auprès de Géraldine : 06.68.73.75.53 (hors horaires de travail)

L'association prête les bâtons pour la période de l'initiation

Rendez-vous au parking de l'extrémité Est de la digue de Leffrinckoucke (Europlage).

ACTIVITE MARCHE NORDIQUE

(activité animée alternativement par Géraldine, Sandrine, Gilles, Laurent)

Y compris en juillet et août

Réservée aux initiés possédant leurs bâtons et étant à jour de leur cotisation aux "Randonneurs du Plat Pays"

Le mercredi de 18h30 à 20h00

2 groupes de niveau : -marche sportive 
-perfectionnement technique (tout niveau - pratiquants réguliers) 

Le samedi de 9h00 à 11h00

2 groupes de niveau : -marche sportive 
-perfectionnement technique (tout niveau - pratiquants réguliers) 

Rendez-vous au parking de l'extrémité Est de la Digue de Leffrinckoucke (Europlage)

- SORTIE MARCHE NORDIQUE -

DIMANCHE 5 MAI 2019

Départ : 10h00, lieu de rendez-vous, église de **KEMMEL** (monts de Flandre Belgique)

Circuit en boucle de 2h00 (prévoir les pads)

Repas possible dans un estaminet mais réservation obligatoire **avant le 24 avril 2019**

Auprès de gilles.lobry@laposte.net tél : 06.88.25.06.95

(si moins de cinq participants, sortie annulée)



Siège : Maison de la Vie Associative - Terre-Plein du Jeu de Mail - 59140 DUNKERQUE

Président : Jean Pierre CAZENAVE - Tel: 06.82.22.33.87

Internet : Email : lesrpp@gmail.com Blog : leblogdesrpp.canalblog.com