

MARCHE NORDIQUE

CRENEAUX HORAIRES DES SORTIES DE GROUPES 30/09 au 01/04

Jours	Horaires	Lieux RDV	Groupes	Titulaires	Remplaçants	Accompagnateurs	Gilet
Lundi	14h15/30	Brottes	1	D. PLUBEL	V. LESAGE	G. CHAILLAUD - C. CHAILLAUD -	
		Salle fêtes	2	G. BERNARD	L. FORTUNATO	Ph. CONTET	
	18h15/30	Boulingrin pl A. Briand	1	R. CHAPTINEL			
			2	C. MATRAS			
			3	D. PLUBEL			
	Mercredi	18h15/30	Boulingrin	1	R. CHAPTINEL		W. RUOS
2				C. MATRAS			
Jeudi	14h15/30	Corgebin	1	D. PLUBEL	V. LESAGE	Ph. CONTET	
		Fontaine	2	G. BERNARD	L. FORTUNATO		
		Ste Libère	3	ABEL	1 chaq semaine	V. LESAGE - L. FORTUNATO - G. BERNARD - D. PLUBEL	
Samedi	9h15/30	Corgebin	1	D. PLUBEL	R. CHAPTINEL	C. HUMBERT	
			2	G. CHAILLOT	L. FORTUNATO		
Dimanche	9h15/30	Corgebin		NON ENCADRE			

GROUPE 1: Marcheurs d'un très bon niveau.

Allure dite "sportive"

GROUPE 2: Marcheurs d'un bon niveau.

Allure dite "Brûleuse de tissus adipeux"

GROUPE 3: Marcheurs débutants ou limités

Allure dite "De confort et de santé"