

Planning marche nordique Février 2025 :

Horaires : Lundi / Mercredi / Vendredi de 9h à 11h

Dimanche de 10h à 12h

Séances de 3h : **TOUJOURS** de 9h à 12h quelque soit le lieu

**\*\*\* Attention : Cette séance est un atelier sportif destiné à travailler la technique et la vitesse (de 9h à 10h), 20 participants maximum sur inscription uniquement via le vote sur WhatsApp dès qu'il sera activé OU auprès de Claire pour ceux qui n'ont pas WhatsApp !**

	<b>Coachs :</b>	<b>Lieu de Départ :</b>	<b>Remarques :</b>
D 2	Franck / Claire / Michel / Eric / Nolwenn	<b>Cabaret Masson</b>	<b>Atelier Sportif de 9h à 10h avec Eric et Michel ***</b>
L 3			
M 5	Franck / Claire / Michel / Geneviève / Jean-Pierre	<b>Rocher Canon</b>	
V 7	Franck / Guy / Bruno	<b>Rocher Canon</b>	
D 9	Claire / Michel / Eric / Nolwenn / Bruno	<b>Cabaret Masson</b>	<b>2 groupes de 3h avec Vincent et Raphaël</b>
L 10			
M 12	Claire / Michel / Geneviève / Guy / Raphaël / Jean-Pierre	<b>Rocher Canon</b>	<b>2 groupes de 3h avec Franck et Bruno</b>
V 14	Franck / Bruno	<b>Rocher Canon</b>	
D 16	Franck / Claire / Michel / Vincent	<b>Cabaret Masson</b>	
L 17	Franck	<b>Franchard</b>	
M 19	Franck / Geneviève / Guy / Bruno / Jean-Pierre	<b>Rocher Canon</b>	
V 21	Claire / Michel / Guy	<b>Rocher Canon</b>	
D 23	Eric / Nolwenn / Franck / Raphaël	<b>Cabaret Masson</b>	<b>2 groupes de 3h avec Claire et Michel</b>
L 24	Franck	<b>Franchard</b>	
M 26	Claire / Michel / Geneviève / Guy / Raphaël / Jean-Pierre	<b>Rocher Canon</b>	<b>4h avec Franck et Bruno (de 9h à 13h)</b>
V 28	Franck / Guy	<b>Rocher Canon</b>	

**A noter sur votre calendrier : marche de 6h sans pause pique nique  
prévue le Dimanche 13 avril**