programme des sorties marche nordique
1er trimestre 2024

durée des séances 2 h 30 (8 /10 km environ)

dates		animatrices et lieux		horaires des rendez-vous	
janvier	Mardi 2	Frank	Forêt de Meudon	9h Bagneux	9 h 30 sur place
	Samedi 6	Frank	Parc de Sceaux	8h30 Bagneux	9 h sur place
	Mardi 9	Paula	Bois de Verrières	9h Bagneux	9 h 30 sur place
	Samedi 13	Chantal	Bois de Verrières	8h30 Bagneux	9 h sur place
	Mardi 16	Frank	Forêt de Meudon	9h Bagneux	9 h 30 sur place
	Samedi 20	Sylvie	Forêt de Meudon	8h30 Bagneux	9 h sur place
	Mardi 23	Paula	Bois de Verrières	9h Bagneux	9 h 30 sur place
	Samedi 27	Chantal	Bois de Verrières	8h30 Bagneux	9 h sur place
	Mardi 30	Paula	Forêt de Meudon	9h Bagneux	9 h 30 sur place
février	Samedi 3	Chantal	Parc de Sceaux	8h30 Bagneux	9 h sur place
	Mardi 6	Frank	Bois de Verrières	9h Bagneux	9 h 30 sur place
	Samedi 10	Chantal	Forêt de Meudon	8h30 Bagneux	9 h sur place
	Mardi 13	Paula	Forêt de Meudon	9h Bagneux	9 h 30 sur place
	Samedi 17	Sylvie	Bois de Verrières	8h30 Bagneux	9 h sur place
	Mardi 20	Paula	Bois de Verrières	9h Bagneux	9 h 30 sur place
	Samedi 24	Frank	Forêt de Meudon	8h30 Bagneux	9 h sur place
	Mardi 27	Paula	Forêt de Meudon	9h Bagneux	9 h 30 sur place
mars	Samedi 2	Paula	Parc de Sceaux	8h30 Bagneux	9 h sur place
	Mardi 5	Frank	Bois de Verrières	9h Bagneux	9 h 30 sur place
	Samedi 9	Paula	Bois de Verrières	8h30 Bagneux	9 h sur place
	Mardi 12	Paula	Forêt de Meudon	9h Bagneux	9 h 30 sur place
	Samedi 16	Frank	Forêt de Meudon	8h30 Bagneux	9 h sur place
	Mardi 19	Frank	Bois de Verrières	9h Bagneux	9 h 30 sur place
	Samedi 23	Chantal	Bois de Verrières	8h30 Bagneux	9 h sur place
	Mardi 26	Frank	Forêt de Meudon	9h Bagneux	9 h 30 sur place
	Samedi 30	Chantal	Forêt de Meudon	8h30 Bagneux	9 h sur place

Chantal 06 86 28 93 80 - Frank 07 82 88 80 82 - Paula 06 73 79 05 16 - Sylvie 07 78 10 32 10

inscription impérative auprès de l'animatrice(teur) par sms le jeudi précédent pour le samedi et le lundi pour le mardi

Lieux de rendez-vous	**Bagneux** : en face des cuisines JM 30 av salvator Allendé **Bois de verrières** : carrefour de l'obélisque Verrières le Buisson 91370 **Forêt de Meudon** : parking route de la Justice à Clamart 92 **Parc de Sceaux**:entrée Hanovre av Sully Prudhomme Chatenay Malabry
SEJOUR	**20 au 27 Avril 2024 – stage de marche nordique à Autrans Vercors (Sylvie et Frank)**