



MARCHE NORDIQUE



J'espère que vous avez passé de bonnes vacances.

Pour celles et ceux qui souhaitent reprendre une licence la saison prochaine, pensez à vous munir d'un certificat médical de non contre - indication à la marche nordique. Procurez vous l'imprimé en utilisant le lien suivant.

http://ofp.athle.free.fr/docs/saison_2013/infos/CM_12-13_LLS.pdf

la licence 2013/2014 progresse de 83 à 85 €.

Reprise le 4 septembre.

Saison 2013/2014.

Programme de la Semaine 36 / 2013

Dates	Heure de départ	lieu de départ	Circuit	Kilométrage	difficulté.
Mercredi 4 Septembre 2013	17h30	Frouard, les RAYS, parking du boudodrome.	Circuit forestier.	≈8	Moyenne.