



## Marche Nordique

### - ACTIVITE MARCHE NORDIQUE -

(Activité animée alternativement par Géraldine, Sandrine, Jean Luc, Gilles, Laurent)

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

**Le mercredi de 18h30 à 20h00**

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

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

**Le samedi de 9h00 à 11h00**

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

**Jusqu'au samedi 31 mars 2018 rendez-vous parking du Fort des Dunes de Leffrinckoucke.**

**A compter du samedi 7 avril 2018 rendez-vous à l'extrémité Est de la Digue de Leffrinckoucke.**

**NB : Pas de Marche nordique le samedi 21 avril car il n'y a pas d'animateur pour l'encadrer.  
(Chacun a, bien entendu, la possibilité de marcher sous sa propre responsabilité.)**

### - SORTIE MARCHE NORDIQUE -

(Pratique régulière de l'activité)

**Le dimanche 25 février 2018 - LE BOIS DES FORTS EN DEHORS  
DES SENTIERS BATTUS**

Départ : 10h00 du parking de la Porte aux Boules à **BERGUES**. Durée 2h00.

(En venant de Coudekerque-Village par la D72, le parking est à droite  
avant le pont enjambant la Colme)

A l'issue de l'activité, possibilité de "prendre un pot" ensemble au  
Café-rando "La Poste" à Bergues.

**Inscription** par courriel auprès de **Gilles Lobry** : [gilles.lobry@laposte.net](mailto:gilles.lobry@laposte.net)

Ou par SMS (nom et prénom) au 06.88.25.06.95

(si moins de 5 inscrits l'activité ne se fera pas)

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 : Adresse mail : [lesrpp@gmail.com](mailto:lesrpp@gmail.com) Blog : [leblogdesrpp.canalblog.com](http://leblogdesrpp.canalblog.com)