

SERVINS

MARCHE NORDIQUE

SAISON 2019/2020



SEPTEMBRE 2019

JEUDI 5 SEPTEMBRE	FRESNICOURT LE D. La table aux fées	11 km	DÉPART 9H30 . Place du 17ème siècle Rue Léo Lagrange (Hameau Olhain)
SAMEDI 7 SEPTEMBRE	ABLAIN St NAZAIRE Tour des bois	11 km	DÉPART 9H30. Place de la Mairie. Rue Lancino
JEUDI 12 SEPTEMBRE	LAPUGNOY Le sentier d'Ecques	12 km	DÉPART 9H30 Parc de la Clarence Rue Cyr-Bouchart
SAMEDI 14 SEPTEMBRE	BEUGIN Haute vallée de la Lawe	12 km	DÉPART 9h00 Rue de la Place (proche de l'église)
JEUDI 19 SEPTEMBRE	DIÉVAL Le Hazois	11,5 KM	DÉPART 9H30 Parking Mairie. 1 rue de l'église.
SAMEDI 21 SEPTEMBRE	COUTURELLE Sentier des 2 sources	10	DÉPART 9H30 Parking Mairie/école. Rue du château
JEUDI 26 SEPTEMBRE	AMETTES La Coqueline	11,5 KM	DÉPART 9H30 Place de la Mairie
SAMEDI 28 SEPTEMBRE	BERLENCOURT LE C. Sentier du Loup	15KM	DÉPART 9H00 Eglise de Berlencourt le Cauroy

Rendez-vous Les marches démarreront à l'heure prévue. Merci de prendre vos dispositions pour arriver à l'heure. Il est impossible de donner une heure de fin : ça dépend de beaucoup trop d'éléments extérieurs (météo, parcours, rythme ...)

Parcours. Les noms des parcours sont donnés à titre indicatif. Il m'arrive parfois de faire quelques modifications si nécessaire pour rendre le trajet plus agréable.

Pour le choix des parcours : tous sont dans un périmètre de maximum 25km autour de Servins. Une fois par mois : une sortie plus « lointaine » représentant un intérêt visuel pourra être proposée. Lors des vacances scolaires : des sorties à la journée seront proposées.

Tenue. Il est indispensable d'avoir une tenue adaptée aux conditions climatiques. Il est préférable de choisir des chaussures type « trail » (tige basse, crantées) plutôt que des chaussures de randonnée moins adaptées. Pour ceux qui n'ont pas leurs bâtons : prêt possible par le club sur place.

Licence Pour des raisons d'assurance : merci de penser à me rendre rapidement vos formulaires de licence. Vous trouverez toutes les informations sur le site du club SERVINSAC.COM, onglet « le club / adhérer »

Communication Retrouvez sur notre site SERVINSAC.COM/MARCHE-NORDIQUE : articles, photos, compte-rendus, planning ainsi que sur notre page facebook. : FACEBOOK.COM/SERVINSNORDIC

CONTACT : SAC62530@GMAIL.COM ou Laurent Huré : 06/75/16/11/20