

## SEANCES MARCHE NORDIQUE

mars, avril 2019

### Séances réparties du grand Orb aux Caroux minervois

-Les séances actives et sportives le mardi après midi de 13h à 15h en mars et 14h à 16h en avril.

-Les séances légèrement sportives le jeudi après midi de 14h à 16h.

-Les séances actives et sportives le mardi après midi mois de Mars de 13h à 15h.

#### Mois de mars

Mar 12/03 Combes (parking entrée village).

Lun 18/03 Col de Sainte Colombes.

Mar 26/03 La Sesquière, pas très loins de Taussac

-Les séances actives et sportives le mardi après midi mois d'avril et mai de 14h à 16h.

#### Mois d'avril

Mar 09/04 Journée Le pas de l'Escalette Pégairolles

Mar 16/04 Prouilhe.

#### Mois de mai

Mar 07/05 Col du Cabarétou.

-Les séances légèrement sportives le jeudi et vendredi après midi de 14h à 16h.

#### Mois de mars

Jeu 14/03 St Etienne d'Albagnan (parking ancienne gare).  
Jeu 28/03 Margal.

#### Mois d'avril

Ven 05/04 Mons parking des gorges.  
Ven 19/04 Falgouse.

#### Mois de mai

Jeu 09/03 Rodomoul.

Marcheurs réguliers prévenir de votre absence, marcheurs occasionnels prévenir de votre présence.

Tailleur Robert 04 67 97 73 05      06 83 05 57 34      [tailleur.robert@wanadoo.fr](mailto:tailleur.robert@wanadoo.fr)

Programme sur [www.laventure-en-chemin.fr](http://www.laventure-en-chemin.fr)

Ou

<http://aventureenchemin.over-blog.fr>