

**Les rendez-vous de Marche Nordique Santé**  
**Saison 2025-2026 1er cycle**

- **Mardi** : 15H30-16H30 Marche nordique Santé
- **Jeudi** : 15H30-16H30 Marche nordique Santé

**Les entraîneurs de marche nordique**



- Mickael Morillon :06.21.54.56.28
- Maillard Mathis :06.40.09.86.56
- Marie France Genty :06.81.22.36.05
- Françoise Jeanneteau :06.30.64.45.48
- Lise Réthoré :06 03 53 74 76

Dates	Villes	Lieux de départ
Du 8 au 14 septembre	La Pommeraye	Parc des Rinières à la Pommeraye Reprise Ateliers Techniques
Du 15 au 21 septembre	Montjean sur Loire Entre Loire et Garenne	Parking de CAP LOIRE Pret de la station Essence
Du 22 au 28 septembre	Chalonnnes Sur Loire	Parking de la Piscine ( route de Rochefort )
Du 29 sept au 5 octobre	St Florent le Vieil	Au Mont Glone Parking de la PISCINE près du cimetière
Du 6 au 12 octobre	Le Mesnil en Vallée	Parking de la Mairie du Mesnil
Du 13 au 19 octobre	ST Laurent du Mottay	Parking de la salle de sport Fête les anniversaires juillet-Aout-Sept-oct

**Vacances de la Toussaint 20 oct au 3 nov 2025**  
**La reprise se fera le mardi 5 nov 2025**



- Niveau 1 : marche de 4 à 5 km/ h
- Niveau 2 : marche de 5 à 6 km/h
- Niveau 3 : marche de 6 à 9 km/ h