

Les rendez-vous de Marche Nordique Santé
Saison 2025-2026 3er cycle

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

Les entraineurs de marche nordique

COACH
ATHLÉ
SANTÉ

- 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
- Jean François Forget :06.85.29.69.31

| Dates | Villes | Lieux de départ |
|--|--|---|
| Du 5 au 11 Janvier 2026 | Champtocé <i>Analyse de la technique</i> | Boire de Champtocé... dès en rentant (Plan d'eau près de la voie de chemin de fer) |
| Du 12 au 18 Janvier 2026 | St Florent le Vieil | Au Mont Glone Parking de la PISCINE / Terrain de foot |
| Du 19 au 25 Janvier 2026 | Montjean Sur Loire | 1ere A Gauche après le pont de si on vient de Montjean "Sol de loire" Sablière de chez Brangeon |
| Du 26janv au 1 fév 2026 | Chalonnnes sur Loire | Parking de la Piscine |
|  Sortie club " La NORDIC CANCER" 1km 5km- 8km-12km-17km Le dimanche 1 février 2026 au Château de Brissac (49) (Inscription individuelle: https://www.cancer-osons.fr/actions/nordicancer/) | | |
| Du 2 au 8 fév 2026 | La Pommeraye | Parking des terrains de tennis |
| DU 9 au 15 Fév 2026 | ST Laurent du Mottay | Parking de l' Eglise Fête les anniversaires janvier et février |
| Vacances de Février du 16 février au 1 er mars 2026 La reprise se fera le 2 mars 2026 | | |

COACH
ATHLÉ
SANTÉ



ON Y VA
ACTIVITE PHYSIQUE. MODE DE VIE ACTIF...
REJOIGNEZ LE MOUVEMENT !

- 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