PROGRAMME DES MARCHES NORDIQUES
NOVEMBRE 2026

Les séances ont lieu le jeudi de 14h à 15h30.

La durée peut être un peu plus longue selon la saison et l'évolution du groupe.

Il s'agit d'une marche rapide et sportive impliquant l'apprentissage d'une technique qui s'acquiert au cours des premières séances de la saison ; avec progression pendant l'année.

La séance débute à 14h par un petit échauffement et se termine à 15h30 par des étirements

- **05/11 :** Bizanos Aller-retour sur le chemin Henri IV

Rendez-vous sur le parking Avenue Albert 1er au sud du château de Franqueville (près du Before pub)

- **12/11 :** Bois de Pau (partie ouest, hippodrome)

Rendez-vous sur le parking au niveau Jaï AlaÏ

- **19/11 :** Billère : boucle au parc du château

Rendez-vous sur le parking de la Guinguette

- **26/11 :** Hameau de Luy, Serres Castet : boucle des berges du Luy

Rendez-vous sur le parking des stades Alain Sangosse et Henri Marracq

Groupe limité à 20 personnes
Marche annulée en dessous de 5 inscrits ou pour mauvaises conditions météorologiques