



La Nordic de l'Andouille

SAMEDI
9
AVRIL
2022

📍 DÉPART À SEMUR EN BRIONNAIS

12 km chronométrés (D+300m)
Départ 9h

16 km allure libre (D+385m)
Départ 9h05

12 km allure libre (D+300m)
Départ 9h30

8 km allure libre (D+230m)
Départ 9h30

95% DE CHEMIN

CONFÉRENCE «MAGIE
DE LA MARCHÉ NORDIQUE»

PRÉSENTÉE PAR JEAN-PIERRE
GUILLOTEAU À PARTIR DE 14H30

REPAS TRADITIONNEL
À PARTIR DE 12H

DÉMONSTRATION
DU NORDIC YOGA
À PARTIR DE 13H30