



Marche nordique

1er Programme 2026-2027

R. V. le mardi après-midi à 14h sur le parking devant l'Espace Culturel

Les animateurs sont : Pierre CHAUVIREY : 06 08 34 16 78

Daniel RUF : 06 87 80 81 74

Serge CALCE : 09 86 71 76 51

Fatima AMRANI : 06 99 16 87 50

Le lieu pour la pratique est indiqué au R.V. le jour même

La reprise sera le mardi 8 septembre

La dernière séance de l'année sera le mardi 22 décembre

La première séance de 2027 sera le mardi 5 janvier

Recommandations et Conseils :

- Chaussures basses de trail (crantées)
- Petit sac à dos (20 L.) pouvant contenir 1L. d'eau et un vêtement chaud ou de pluie
- Bâtons : ceux prêtés gratuitement par l'association sont réservés uniquement aux débutants pour deux séances. vous les achèterez avec les conseils des animateurs
- Pour votre sécurité : ne pas mettre de vêtement autour de la taille, cela gêne les bons mouvements avec les bâtons

Forum des associations de Vaison (stand) : dimanche 6 septembre

Retrouvailles : dimanche 13 septembre

Assemblée Générale : mardi 17 novembre

é-mail : vaisonrando@cimesetsentiers.org

site : www.cimesetsentiers.org

Cîmes et Sentiers est présent sur WhatsApp

Les RV de toutes les activités se font toujours sur le parking François Cevert, devant l'Espace Culturel. Si des manifestations occupent ce parking, les RV se font sur le parking St Quenin.