

**Samedi 8 juin 2024 à Étioles (91)**

# Journée Marche Nordique

3<sup>ème</sup> rencontre sportive



[www.rando91.com](http://www.rando91.com)

- Parcours de 12 km fleché en forêt de Sénart
- Ouvert à tous
- Café d'accueil



**Une journée pour pratiquer ensemble la marche nordique !**  
**Ouvert à tous à partir de 16 ans : grand public et licenciés FFRandonnée.**

8h30  
Café d'accueil  
jus d'orange



9h15  
Échauffements



Départ 9h30  
Parcours marche nordique  
fleché de 12 km



**matériel :**  
Pensez à apporter vos bâtons,  
vos chaussures de marche habituelles  
et des vêtements adaptés à la météo.

Ravitaillement à  
l'arrivée et remise  
de médaille à chaque participant.

- + Séance d'initiation > Cette matinée est l'occasion de découvrir la marche nordique pendant une heure avec un animateur confirmé (avec prêt de bâtons sur place) : à partir de 10h = échauffements + 6 km + étirements

**8€ tarif normal** Paiement en ligne • inscription obligatoire : [www.rando91.com](http://www.rando91.com)  
**5€ licencié(e)** ou sur place

Maison des Associations  
Chemin de Guillorie  
91450 Étioles



Accès :  
A 2 km de la gare  
RER D arrêt Evry  
Val-de-Seine.  
Parking sur place