

Mercredi Marche Rapide T3/4-2022

Date	Destination	CO-VOITURAGE	Parking	Heure	ACCOMPAGNATEUR
07/09/2022	JASSERON	13h45 - AMPHI	Poste de JASSERON	14H00	René COUSIN
14/09/2022	CHEVIGNAT	13h30 Amphi	parking plan d'eau Chevignat	14h00	J-M BREVET
21/09/2022	SERRIERES SUR AIN	13h30 Gifi	mairie Serrières	14h00	J-M BREVET
28/09/2022	SELIGNAC	13H30 -AMPHI	parking à gauche à la croix de Sélignac.	14h00	René COUSIN
05/10/2022					
12/10/2022					
19/10/2022					
26/10/2022					
02/11/2022					
09/11/2022					
16/11/2022					
23/11/2022					
30/11/2022					
07/12/2022					
14/12/2022					
21/12/2022					
28/12/2022					

bM = marche moyenne à 4 km/h avec les arrêts (hors poste casse-croute) ou distance supérieure à 12 km et/ou dénivelé sup à 400m

MM = marche normale vitesse ajustée par l'accompagnateur distance Inférieure à 12 km et dénivelé inférieur à 400m