

Ce mardi 17 Mai,
nous nous sommes
retrouvés,
12 participants,
à 14 h 30 au
Parking du
Closeau, dans les
Bois de l'Épau,
pour effectuer
une très
bonne séance de
marche nordique.



Sous la houlette de
notre Moniteur,
Henri Chapellière
dont le but est
d'amener le groupe
à effectuer 6 km
dans l'heure (nous
n'en sommes pas
loin), sans grands
efforts grâce à l'en-
traînement et sur-
tout la technique .



Le mardi 14 Juin 2016, avant les Vacances, la Séance aura lieu ex-
ceptionnellement, au lieu de rendez vous habituel, parking du Closeau
mais à 17 H 30 car après, l'effort, il y aura le réconfort, chacun
apportera son pique-nique pour que l'on puisse partager un bon mo-
ment. L'apéritif sera offert. Les randonneurs qui le désire peuvent
se joindre à nous et pourquoi pas s'initier à la Marche Nordique.
Inscrivez-vous auprès de vos responsables :
Henri Chapellière et Christian Leloup,

Salut à tous.