



PLANNING / MARCHE NORDIQUE

Janvier, Février, Mars, Avril 2023

Pour tout renseignement, s'adresser aux animateurs :
Martine YERLE 06 83 49 66 88 Jean-Jacques YERLE 06 19 77 24 37
Brigitte TAUZIN-FIN 07 78 64 28 17

Echauffement de 14h15 à 14h30 - 1h de marche continue de 14h30 à 15h30
étirements de 15h30 à 15h45

Date	Heure	Programme et points de rendez-vous
Vendredi 6 janvier Avec Brigitte (M&JJ absents) 1 groupe	14 h 15	Prés salés de La Teste RV au parking des Prés salés à l'Aiguillon
Vendredi 13 janvier (Martine/Brigitte/JJ)	14 h 15	Tir au vol - Allées cavalières RV au parking du Tir au vol d'Arcachon
Vendredi 20 janvier (Martine/ Brigitte/JJ)	14 h 15	L'Eden RV sur la D217 (bd Louis Lignon à La Teste) (pancarte "dépôts sauvages interdits")
Vendredi 27 janvier (Martine/Brigitte/JJ)	14 h 15	Super Pyla RV au parking de l'avenue des Palombes (au pyla après le restaurant La Guitoune en venant du Moulleau)
Vendredi 3 février (Martine/Brigitte/JJ)	14 h 15	Camicas - la forêt RV au camping municipal d'Arcachon (avenue de la Galaxie)
10 février et 17 février		VACANCES SCOLAIRES
Vendredi 24 février (Martine/Brigitte) 2 groupes	14 h 15	Prés salés de La Teste RV au parking des Prés salés à l'Aiguillon
Vendredi 3 mars (Martine/ Brigitte/JJ)	14 h 15	L'Eden RV sur la D217 (bd Louis Lignon à La Teste) (pancarte "dépôts sauvages interdits")
Vendredi 10 mars (JJ et Brigitte) 2 groupes	14 h 15	Tir au vol - Allées cavalières RV au parking du Tir au vol d'Arcachon
Vendredi 17 mars (Martine/Brigitte,JJ)	14 h 15	Cabane de l'Aiguillon (nouveau parcours) 54 Bd Pierre Loti, 33120 La Teste-de-Buch
Vendredi 24 mars (Martine/Brigitte/JJ)	14 h 15	Les Dunes de Plumious (Sortie 10km, 2 heures) RV au parking allée Ferdinand de Magellan LaTeste (à proximité de l'Intermarché des Miquelots - suivre fléchage oléoduc)
Vendredi 31 mars Avec Brigitte (M&JJ absents) 1 groupe	14 h 15	Prés salés de La Teste RV au parking des Prés salés à l'Aiguillon
Vendredi 7 avril Avec Brigitte (M&JJ absents) 1 groupe	14 h 15	Camicas - piste cyclable RV au camping municipal d'Arcachon (avenue de la Galaxie)
14 avril et 21 avril		VACANCES SCOLAIRES
Vendredi 28 avril (Martine et JJ) 2 groupes	14 h 15	L'Eden RV sur la D217 (bd Louis Lignon à La Teste) (pancarte "dépôts sauvages interdits")