

Calendrier Sophie janvier février 2012

ATTENTION CALENDRIER MODIFIE LE 10 JANVIER

Pt l'Abbé, Le Guilvinec, La Torche

Lundi 9h30/11h15 loisirs séniors (5 à 7 km)

Vendredi 9h30/11h15 (loisirs, 7 10km)14h/15h45 débutants sénior 1^{ère} année (6 kms)

Samedi 9h30/11h15 (loisirs Actif, 6 à 9km)

« Les séances débutants ont pour objectif de vous permettre l'apprentissage dans des conditions optimales afin que vous puissiez participer aux séances loisirs, si vous le souhaitez
Ces séances sont libres et sans engagement, néanmoins, vous pouvez souscrire un carnet d'activités»

Pour s'orienter sur les RDV, <http://www.geoportail.fr/visu2D.do?ter=metropole>

Choisissez la carto IGN et insérez le lieu et la commune dans les fenêtres de renseignements

	Bonne année 2012
janvier	RDV
Lundi	Pointe de la Torche.
Vendredi 6	Pointe de la Torche.
Samedi 7	Pointe de la Torche.
Lundi 9	Rdv club de voile de Ste Marine. Pointe de Combrit.
Vendredi 13	Rdv club de voile de Ste Marine. Pointe de Combrit.
Samedi 14	Rdv club de voile de Ste Marine. Pointe de Combrit.
Lundi 16	Rdv parking du grand bleu Penmac'h.
Vendredi 20	Rdv parking du grand bleu Penmac'h.
Samedi 21	Rdv parking du grand bleu Penmac'h.
Lundi 23	Rdv sous le Pont de Cornouaille.
Vendredi 27	Rdv sous le Pont de Cornouaille.
Samedi 28	Rdv sous le Pont de Cornouaille.
Lundi 30	<i>Nouveau parcours Rdv chapelle de Bonne nouvelle Ploneour Lanvern orientation.</i>
fevrier	
Vendredi 3	<i>Nouveau parcours Rdv chapelle de Bonne nouvelle Ploneour Lanvern orientation.</i>
Samedi 4	<i>Nouveau parcours Rdv chapelle de Bonne nouvelle Ploneour Lanvern orientation.</i>
Dimanche 5 event	Parcours chronométré pour le trail la course au large organisée par le CAP SNA Fouesnant.11km5 Rdv Beg Meil 5€.
Lundi 6	Rdv Parking de Pors Carn. Les rochers de St Guénolé.
Vendredi 10	Rdv Parking de Pors Carn. Les rochers de St Guénolé.
Samedi 11	Rdv Parking de Pors Carn. Les rochers de St Guénolé.
	Vacances scolaires

Inscriptions à J-2 (minimum) par mail sophie@nature-forme-evasion.fr

Ou tel 06 10 13 84 36 Pas d'inscription sur place !

Tarif unique séances débutants : 7 € ttc (bâtons, encadrement, memento+ goodies)

minimum : 4 et maximum : 14 personnes

Calendrier susceptible d'être modifié suivant la météo et l'actualité du staff !

Les événements Marche Nordique

<http://www.nature-forme-evasion.fr/Events-Nordic-Walking-2010-2011-actualites-22.html>

Séances Waff & Swiss Ball & gym enfant

<http://www.marche-nordique-en-bretagne.fr/Swiss-Ball-et-Waff-seances-2011-2012-actualites-21.html>

Visitez notre page Facebook Pro

<http://www.facebook.com/pages/nature-forme-evasionfr/125322014150471?v=wall>