

# MARCHE NORDIQUE BAYACOISE

## *Planning de MARS*

---

Mercredi 07.03 (Serge, Claudette)	<b>PONTOURS</b> RDV église de pontours	<b>13h30</b>	11 KMS
--------------------------------------	---	--------------	--------

---

Samedi 10.03 (Serge)	<b>CASTELNAUD</b> rando couplée avec la SEPANSO Covoiturage : <b>8h30</b> mairie de lalinde <b>9h00</b> place de castelnaud PIQUE NIQUE tiré des sacs		20 KMS
-------------------------	---	--	--------

---

Mercredi 14.03 (Serge)	<b>ST FELIX DE VILLADEIX</b> RDV : place centrale	<b>13h30</b>	13 KMS
---------------------------	--	--------------	--------

---

Samedi 17.03 (Claudette)	<b>MONSAC</b> RDV : salle des fêtes	<b>13h30</b>	12 KMS
-----------------------------	--	--------------	--------

---

Mercredi 21.03 (Serge)	<b>ST AVIT SENIEUR</b> RDV : ABBATIALE	<b>13h30</b>	11 KMS
---------------------------	---	--------------	--------

---

Samedi 24.03 (j.louis)	<b>BARDOU</b> RDV : église	<b>13h30</b>	12 KMS
---------------------------	-------------------------------	--------------	--------

---

Mercredi 28.03 (Claudette)	<b>PAUNAT</b> RDV : église	<b>13h30</b>	11 KMS
-------------------------------	-------------------------------	--------------	--------

---

**CONSIGNES DE SECURITE** : nous vous rappelons que vous devez impérativement respecter les consignes de sécurité lorsque l'on emprunte les portions de routes !!!

**Vous devez impérativement être équipé de chaussures de marche (tige basse), sac à dos, bouteille d'eau, et bâtons de marche nordique, coupe vent etc...**

*Pour l'initiation prévenir avant : Huguette JOUAULT TEL 0553631457 ou 0673942587*