

Rendez-vous sur le parking au pied du Barrage de la Dathée.

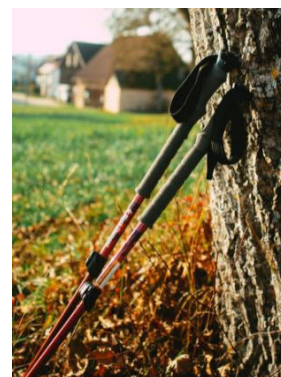
DATES	HORAIRE / LIEU
27 avril	RDV 19h - 20h30 : Barrage de la Dathée
11 mai	RDV 19h - 20h30 : Barrage de la Dathée
25 mai	RDV 19h parking face à BUT Voie Verte Vire / La Graverie
8 juin	RDV 19h - 20h30 : Barrage de la Dathée
22 juin	RDV 19h parking de la gare Voie Verte Vire / Saint-Germain
Annulée : 6 juillet	RDV 19h - 20h30 : Barrage de la Dathée
Annulée : 20 juillet	RDV 19h - 20h30 : Barrage de la Dathée
31 août	RDV 19h - 20h30 : Barrage de la Dathée
7 septembre	RDV 19h - 20h30 : Barrage de la Dathée
21 septembre	RDV 19h - 20h30 : Barrage de la Dathée
5 octobre	RDV 19h - 20h30 : Barrage de la Dathée
19 octobre	RDV 19h30 - 21h00 : Barrage de la Dathée Nocturne : Des lampes pourront être prêtées.

Possibilité de changer le lieu de rendez-vous de la marche nordique :

- En fonction de l'avis des participants, invitation par mail,
- Voie verte, forêt de Saint-Sever, parcours de marche nordique au départ du Gfd de la Dathée,
- Départ de l'activité à 19H : (arriver 10 minutes avant le départ),
- Activité gratuite.

Choisir la hauteur de ses bâtons en marche nordique :

Votre taille	Hauteur des bâtons
147- 154 cm	100 cm
155 – 161 cm	105 cm
162 – 168 cm	110 cm
169 – 176 cm	115 cm
177 – 183 cm	120 cm
184 – 195 cm	125 cm



Rendez-vous sur le parking au pied du Barrage de la Dathée.

DATES	HORAIRE / LIEU
22 janvier	RDV 10h - 11h30 : Barrage de la Dathée
19 février	RDV 10h - 11h30 : Barrage de la Dathée <i>Les Balcons de la Dathée à l'envers</i>
19 mars	RDV 10h - 12h : Barrage de la Dathée <i>Balade des « Ritours »</i>
30 avril	RDV 10h - 12h30 : Balade de la Brévogne à Coulonces <i>RDV au Presbytère de Coulonces</i>
21 mai	RDV 10h - 11h30 : Barrage de la Dathée
18 juin	RDV 10h-11h30 : Barrage de la Dathée
Annulée : 9 juillet	RDV 10h - 11h30 : Barrage de la Dathée
27 août	RDV 10h - 11h30 : Barrage de la Dathée <i>Balade des « Ritours » à l'envers</i>
17 septembre	RDV 10h - 12h30 : Barrage de la Dathée <i>Balade des « Ritours » et des balcons de la Dathée</i>
15 octobre	10h - 11h30 : Barrage de la Dathée
19 novembre	RDV 10h - 11h30 parking face à BUT <i>Voie Verte Vire / La Graverie</i>
10 décembre	RDV 10h - 11h30 : Barrage de la Dathée

Possibilité de changer le lieu de rendez-vous de la marche nordique :

- En fonction de l'avis des participants, invitation par mail,
- Voie verte, forêt de Saint-Sever, parcours de marche nordique au départ du Gfd de la Dathée,
- Départ de l'activité à 10H : (arriver 10 minutes avant le départ),
- Activité gratuite.

Choisir la hauteur de ses bâtons en marche nordique :

Votre taille	Hauteur des bâtons
147- 154 cm	100 cm
155 – 161 cm	105 cm
162 – 168 cm	110 cm
169 – 176 cm	115 cm
177 – 183 cm	120 cm
184 – 195 cm	125 cm

