

5 ème Rassemblement Marche Nordique.

Dans le cadre du Mois du marron, L'ESR Rando, vous propose un rassemblement régional

Dimanche 19 Octobre 2014

Accueil à partir de 9h00

- Echauffement en commun

Deux parcours

- Rando 10km et 16km (départ à partir de 9h30)

Séances d'initiation

- Initiation à partir de 10h30

Pique nique animé en commun (en salle)

au jardin ST Conwoïon Prévoir son pique-nique

LIEU DE DEPART / ARRIVEE

Salle des jardins de St Conwoïon,
chemin des chapelets

(au bout du terrain de rugby)

Parking du stade municipal

Avenue Joseph Ricordel - 35600 Redon

DROIT D'INSCRIPTION

Droit d'inscription **6€**,

Location de bâtons **2€** : sur réservation

Inscription avant le **15 Octobre 2014**

Notre site : <http://www.esrrando-marchenordique-redon.fr>

Notre Email: marchenordique.esrrando@orange.fr

INSCRIPTIONS

Je participe à la Bogue Nordique 2014**, avec mon capitaine de groupe :

J'affirme être en bonne santé, et je m'engage à randonner sous ma propre responsabilité et à ne pas engager de poursuite envers le club ESR, en cas de problèmes médicaux, qui pourraient survenir lors de cette manifestation.

NOM : Prénom :

Tel : Club : N° licence :

E-mail : E-mail du Club :

Joindre le règlement *

Signature