

# Trobada de Marche Nordique

A la découverte du Pla del Rei

**Gratuit et Ouvert à Tous**

Prêt de Bâton possible

**Dimanche 10 mai 2015**  
**Tresserre**



Rendez-vous à 9h à l'Espace Planas de Tresserre

**Renseignements :**

**CDSMR66 : 04.68.35.00.65—06.87.62.32.81**

**[cdsmr66@gmail.com](mailto:cdsmr66@gmail.com) et [www.facebook.com/cdsmr66](http://www.facebook.com/cdsmr66)**

**Trobada de Marche Nordique**  
**Dimanche 10 mai 2015 à Tresserre**  
**"A la découverte du Pla del Rei"**

9h00 Accueil (Espace Planas)

9h30 Echauffement

9h45 Parcours (8 km) dont 2 ravitaillements

12h00 Etirements

12h30 Apéritif offert

13h00 Repas tiré du sac

Convivialité et plaisir  
de marcher nordiquement

