

Diff.
juin 2019

Marche Nordique



Nouvelle série
de 5 séances

Participants :
20 MAXI !

Activité en extérieur :
Penser au sac à dos, à la bouteille d'eau



Retrouver la Charte du Randonneur Arcalien sur notre site

Lieu de Rendez-vous :
Au Parc de l'Orangerie
Strasbourg - Parking du Bowling

Séance de *marche nordique 'loisir'*
Durée 1h30

Rendez-vous à 9h15
Début séance à 9h30

Accès en Tram



Prochaine séance

Vendredi 20 septembre Colline Hausbergen

Nota : les bâtons de marche
sont fournis par l'animateur

Les séances ont lieu, sauf
exception, un vendredi
entre le 17 et 23 du mois.



Possibilité de
régler les 5 séances
(de août à décembre)
en **UNE SEULE** fois !

Organisateur : **Pierre LALAIN 06 08 61 49 56**
Animateur : **CDA 67** Comité Départemental d'Athlétisme

Prix : **9,50 €** la séance
42,50 € les 5 séances
Soit 8,50 € la séance



TALON-Réponse

Marche Nordique

Réf: 20190823_MN_Orangerie

À retourner

Josiane GAUCHY

22 rue du Limousin
67450 LAMPERTHEIM

Avant le :
13 août 2019

Monsieur Madame : _____ participera (ont) à la

Cocher votre choix À raison de : ___ personne(s) à 9,50 € cette séance.

À raison de : ___ personne(s) à **42,50 €** (au lieu de 47,50 €) les 5 séances (août à décembre 2019).

MARCHE NORDIQUE ORANGERIE



Je (nous) participe (ons) à cette *marche nordique* en toute connaissance et sous ma (notre) seule et entière responsabilité en m' (nous) engageant à suivre les directives de l'organisateur.

DATE ET SIGNATURE(S)

RÈGLEMENT : Cocher votre choix

Je règle le montant de ma (notre) participation à l'activité, soit : _____ €, par ...

virement à **IBAN** FR76 1027 8011 7000 0148 0564 519, **BIC** CMCIFR2A, CREDIT MUTUEL/STRASBOURG

→ **Noter** votre nom et la référence de l'activité dans le 'motif' de votre virement 📄

chèque Ci-joint un chèque à l'ordre de l'ARCAL Nord

La *marche nordique*, c'est un sport-loisir qui va vous faire oublier les petits soucis quotidiens en ayant un effet très bénéfique sur votre condition physique. La *marche nordique*, c'est bon pour le corps, le cœur et l'esprit !