

Foulez Nordique au Pays de Fort Boyard



Samedi 19 mai 2018

MARCHE NORDIQUE

Saint-Laurent-de-la-Prée, Fouras-les-Bains, Vergeroux

Organisée par l'association « Foulées Nordiques de la Prée »

Rendez-vous : à partir de 8h00 Mairie salle polyvalente
131 rue de la Croix des Joncs 17450 Saint-Laurent-de-la-Prée.

Retrait des documents à partir de 8h00

Départ des trois parcours : entre 8h30 et 9h30

- * l'Aubonnière (14 km) : le littoral, ses plages, ses carrelets
- * la Presqu'île (18 km) : bords de la Charente, les carrelets, les plages
- * La Prée (23 km) : bords de la Charente, les marais
- * La Fumée : option de 5 km supplémentaires (parcours 14 km et 18 km)
- * Séance découverte (6 km) : dans les marais, départ à 8h30



Pour les débutants : séance découverte marche nordique à 8h30 (inscription indispensable). Prêt de bâtons contre un chèque de caution ou une pièce d'identité à 8h00.

Ravitaillements : À St-Laurent-de-la-Prée au départ et à la Cale de Charras, à Fouras-les-Bains à l'office de tourisme Rochefort Océan

Pique-nique : tiré du coffre, pour des moments d'échanges et de convivialité, pour le déjeuner, à l'arrivée. Tivolis à disposition.

Tarif : 7 € par personne.

Renseignements et inscriptions :

Inscription en ligne : <http://foulez nordique.jimdo.com/>

Courriel : foulez nordique@gmail.com Tel : 06 33 26 36 69

OT Rochefort Océan : <http://www.rochefort-ocean.com/> 05 46 99 08 60



Bulletin d'inscription-Foulez Nordique au Pays de Fort Boyard 2018

A retourner avant le 14 mai 2018

Nom :

Prénom :

Adresse :

Téléphone fixe :

portable :

Adresse mail :

Nom de votre association :

La personne mentionnée ci-dessus recueillera les documents des membres du groupe le 19 mai sur le lieu du départ. Le paiement de l'inscription donne accès à tous les parcours de la manifestation et vaut acceptation du règlement. Les personnes inscrites reconnaissent être aptes physiquement à effectuer les parcours choisis.

Nombre de participants :

Sans séance découverte : X7 € = €

Avec séance découverte : X7 € = €

Total : €

Nombre de marcheurs: 14 km : 18km : 23km :

Paiement par chèque à l'ordre de « Foulées Nordiques de la Prée », à envoyer au 506 route de la Gare 17450 St-Laurent-de-la-Prée

Je certifie avoir pris connaissance du règlement

Signature

Fait à :

le :

