

## MARCHE NORDIQUE

### Samedi 31 Janvier 2026

Bonjour à toutes et à tous,  
Les cent pieds vous proposent une séance de marche nordique sur la commune du Tampon, en lieu et place de **BOURG MURAT**



**RDV : 08h00**

**Lieu de RDV :** Parking des grands kiosques à côté de la station essence

**Durée** de la séance **02h00-02H30** pour une distance de **8km500**

**Dénivelé cumulé :** +/- 180 m

**Cette pratique nous amènera à la découverte des Pitons Villers et Desforges et nous permettra de profiter de magnifiques points de vue dans l'air frais de notre jolie Plaine des Cafres.**

#### **Matériels requis:**

- Eau, grignotage, gobelet, kway, chapeau, casquette, crème solaire
- Chaussures de marche adaptées, bâtons ...  
.....et votre bonne humeur !!

PS : N'oubliez pas le covoiturage (pour la planète)

Possibilité de **covoiturer** depuis le **Parking Sita (RDV 7h30)**

**Inscription sur :** [reservations-lescentpieds@orange.fr](mailto:reservations-lescentpieds@orange.fr)

Merci de préciser si vous n'avez pas de bâtons de marche nordique et si vous souhaitez **covoiturer**

L'équipe d'animateurs