

MARCHE NORDIQUE

Mercredi 22 octobre 2025

Du golf à l'Etang du Gol

RDV : Parking sous le pont RN1 route des sables (près du golf (Etang Salé))

Heure : 15 h 30

Distance : 7 Km

Durée : 2 h

Dénivelé : 23 m

Bonjour à Tous,

Nous vous invitons pour cette séance à un parcours **aller-retour**, depuis le parking qui nous mènera jusqu'à l'Etang du Gol.

Cet itinéraire, sans **difficultés**

particulières, sera l'occasion de découvrir l'Etang par son côté ouest, qui nous dévoilera de **magnifiques paysages** à la **lumière du soleil tombant**.

Nous terminerons la séance par un **moment de partage**, avec un **petit apéro** partage ...



Matériel à prévoir :

- **Chapeau, crème solaire**
- **Gobelet**
- **Eau 1l**
- **Grignotage**
- **Bâtons**
- **Et une petite production de votre crue pour le partage ainsi que votre emblématique bonne humeur !**
-

Covoiturage : possible parking Sita RDV 15h

Inscription : reservations-lescentpieds@orange.fr (préciser si vous n'avez pas de bâtons et si vous covoiturez)

Au plaisir de vous retrouver
L'équipe d'animateur