



Association affiliée à la Fédération Française de Cyclotourisme (F.F.C.T.) sous le N° 1488  
Association affiliée à la Fédération Française de Randonnée Pédestre (F.F.R.P.) sous le N° 364  
Association agréée par la Jeunesse et Sports le 05/04/79 sous le N° 60.79.10  
Association labellisée Picardie en forme le 12 janvier 2016.  
SIRET448 759 019 00020  
Siège social : Mairie de CREIL - BP 76 - 60109 CREIL Cedex.  
Site Internet : [www.urcc.fr](http://www.urcc.fr)



# Programme Marche Nordique Douce

## 2ème trimestre 2022

Les personnes intéressées par une marche (ayant eu une initiation à la MN), s'inscrivent au plus tard le jeudi soir auprès de l'animatrice, Nathalie PACCOT : 06 87 19 48 88 ou « paccot.nathalie@gmail.com »

Les sorties sont des parcours de 7 à 8 km et se pratiquent en 2 heures, d'allure modéré et petit dénivelé. Il est recommandé de porter des chaussures de randonnée, basses et bien crantées ; de prendre de l'eau et un en-cas (+ une paire de bâtons spécifiques à la marche nordique).

La marche sera annulée si une seule personne est inscrite. Le parcours peut-être modifié si le terrain est impraticable. Un rappel de la marche sera fait par mail 48 heures avant.

Prière de laisser à l'animatrice vos coordonnées, votre certificat médical autorisant la pratique de la marche nordique et d'avoir sur vous la fiche santé.

**EN CAS D'ALERTE METEO**, fortes pluies, fort vent, neige, canicule, la sortie sera annulée.

<b>Avril 2022</b>	<b>lieux</b>	<b>Rendez-vous</b>	<b>horaires</b>
Vendredi 8	Magasin -forêt de Hez	Parking du magasin	13H45
Vendredi 15	Fleurines	Parking du stade	13H45
Vendredi 22	Maysel	Parking de l'église et mairie	13h 45
<b>Mai 2022</b>			
Vendredi 6	Aumont	Parking de la queue de brosse	13h 45
Vendredi 13	Borest	Parking de l'église	13h 45
Vendredi 20	Pont sainte Maxence	Parking école Moncel	13h 45
<b>JUIN 2022</b>			
Vendredi 3	Barbery	Parking au cimetière	13h 45
Vendredi 10	Magasin Forêt de Hez (journée et pique nique) 2 rando=12 km	Parking du magasin	9 h00
Vendredi 17	Pontarmé	Parking de la croix de Pontarmé	13h 45
<b>JUILLET 2022</b>			
Vendredi 1er	Angicourt	Parking du centre	13h45

Avec nos remerciements.

Claudine MARECHAL, responsable des sections marches : 06 18 02 03 53