

# MARCHE NORDIQUE

## CALENDRIER des SEANCES 3<sup>ème</sup> et 4<sup>ème</sup> trimestres 2020

Pour le **PARC de la TETE d'OR** (*entrée porte des ENFANTS du RHONE*) et celui de **PARILLY** (*métro ligne D, station PARILLY*), le rendez-vous est sur place.

Pour le **PARC de MIRIBEL-JONAGE**, et celui de **LACROIX-LAVAL** (*depuis la gare GORGE du LOUP, bus 98 arrêt Parc de LACROIX-LAVAL*) : covoiturage au départ de la SPES (2€/pers). Mais ceux qui le désirent peuvent nous rejoindre directement sur place.

*Sur le site de la SPES, vous retrouverez tous les renseignements complémentaires concernant les rendez-vous dans la rubrique « sorties à venir », mise à jour au plus tard en début de la semaine courante. Il peut y avoir en effet des modifications de lieu et d'animatrice, selon la météo locale et nos obligations respectives.*

Rappel : nous disposons de quelques paires de bâtons pour les débutants non encore équipés, merci de le signaler au moment de l'inscription.

**Consignes COVID 19** : covoiturage autorisé. Port du masque obligatoire en nos locaux et en voiture pendant tout le trajet. Inscription obligatoire à la permanence de la SPES. Kit sanitaire personnel recommandé : gel hydro-alcoolique, lingettes désinfectantes pour les surfaces et matériels, petit morceau de savon, sac poubelle.

### Contacts renseignements et inscriptions :

**Josiane RAFFIN**                    **06 48 88 07 26** (+ cours débutants, un samedi matin /mois au Parc de la Tête d'Or, à déterminer ensemble)

**Christiane RENARD**            **06 66 73 46 56**

SEPTEMBRE 2020			Inscriptions
<b>Samedi 5</b>	14h	MIRIBEL-JONAGE <i>Départ SPES 13H30</i>	Christiane
<b>Samedi 12</b>	14h	PARILLY	Josiane
<b>Samedi 19</b>	14h	TETE D'OR-FEYSSINE <i>(EURO NORDIC WALK) ?</i>	<b>Christiane ou auto - gestion</b>
<b>Samedi 26</b>	14h	LACROIX-LAVAL <i>Départ SPES 13h30</i>	Josiane

OCTOBRE	2020		Inscriptions
Samedi 3	14h	MIRIBEL-JONAGE <i>Départ SPES 13H30</i>	Christiane
Samedi 10	14h	TETE D'OR-FEYSSINE	Josiane
Samedi 17	14h	PARILLY	Christiane
Samedi 24	14h	LACROIX-LAVAL <i>Départ SPES 13h30</i>	Josiane
Samedi 31	14h	TETE D'OR-FEYSSINE	Christiane

NOVEMBRE	2020		Inscriptions
Samedi 7	14h	MIRIBEL-JONAGE <i>Départ SPES 13H30</i>	Christiane
Samedi 14	14h	PARILLY	Josiane
Samedi 21	14h	LACROIX-LAVAL <i>Départ SPES 13h30</i>	Christiane
Samedi 28	<b>13h</b>	TETE D'OR-FEYSSINE <b>AG SPES</b>	Josiane

DECEMBRE	2020		Inscriptions
Samedi 5	14h	MIRIBEL-JONAGE <i>Départ SPES 13H30</i>	Christiane
Samedi 12	14h	TETE D'OR-FEYSSINE	Josiane
Samedi 19	14h	PARILLY	Christiane ?
Samedi 26	14h	LACROIX-LAVAL <i>Départ SPES 13H30</i> <b>Vacances scolaires</b>	Josiane ?