

LA CROIX des MOLLES EN NORDIC

2 circuits en 1

Circuit de base (bleu) 11km 300

Circuit rallongé (extension rouge) 14 km

- Départ commun: Parking du stade QUINSSAINES
- Randonnée commune jusqu'au **point 5** (avec regroupements au **points 1, 2, 3, 4**)
- **Au point 5** (Croix des Molles, séparation des **GROUPEs**: Circuit long et court commun jusqu'au **point 7** (carrefour des petits champs)
- **Au point 7** séparation des circuits (BLEU tout droit, ROUGE à droite)
- Respecter les « **arrêts / regroupements** » **6, 7, 7-1, 7-2, 8, 9, 10** (à **l'intérieur des groupes**) sur les deux circuits
- **AU RETOUR**: regroupement général au **point 11** (les premiers arrivés attendent les autres) pour terminer ensemble

FICHIERS GPX des 2 circuits disponibles sur

<https://fr.wikiloc.com/>ou.... sur la **Cartothèque**

Sous les noms

Nordic-Les Molles courte-11km 300

Et

Nordic-Les Molles longue-14km

Rappel

Il est important de conserver, malgré les différences de niveaux, les valeurs fondatrices du club : PLAISIR (chacun doit trouver et prendre sa part de plaisir en fonction de ses moyens) SOLIDARITE (on s'attend et s'encourage les uns les autres) CONVIVIALITE (on commence et on finit , tous ensemble)

