

ENTENTE LITTORAL ATHLETISME NORD 59
MARCHE NORDIQUE

Planning **prévisionnel** 1er semestre 2015

Version 3 : 24/03/2015

Zone DUNKERQUE	
Tous les Mardi : 9h30 – 11h00 (modéré) au fort Vallières	
Tous les Jeudi : 14h00- 15h20 (sportif) Fort des dunes de Leffrinckoucke	
Tous les Jeudi : 15h30- 16h30 (santé) fort des dunes de Leffrinckoucke	
Tous les Samedi : 9h30 – 11h00 (modéré) à la base de loisirs du Puytouck	
Dates & Lieux de Rendez-vous MODIFIES :	
<u>MARDIS</u> (sorties RESTO)	<u>SAMEDIS</u>
<u>Avril</u>	<u>Mars</u>
7 <i>Le Platier d'Oye RDV Gd Fort Ph.</i>	28 <i>Gravelines - La plage</i>
<u>Mai</u>	<u>Mai</u>
12 <i>Guines</i>	23 <i>Le Platier d'Oye RDV Gd Fort Ph.</i>
<u>Juin</u>	<u>Juin</u>
16 <i>La chapelle de Guémy</i>	20 <i>Gravelines - La ferme</i>

Zone GRAVELINES
Tous les lundi : 15h30 à 16h45 (santé) RDV au stade du Moulin
Tous les Mercredi : 18h00 à 19h30 (sportif) RDV au stade du Moulin puis à la salle M.Baude en horaires d'hiver
Tous les Dimanche : 9h30 à 11h15 (modéré) RDV aux lieux ci-dessous

Mars	Mai
29 <i>Rando Mn au Val Joly (Axel) ou</i>	10 <i>La plage RDV stade du moulin</i>
<i>MN Tour FFA à Chartres (Kristobal) ou</i>	17 <i>La ferme RDV stade du moulin</i>
<i>Sortie à Gravelines sans coach</i>	24 <i>Autour du Cap BN</i>
Avril	31 <i>La plage RDV stade du moulin</i>
5 <i>La plage RDV stade du moulin</i>	Juin
12 <i>Le Platier RDV Grand Fort Philippe</i>	7 <i>La ferme RDV stade du moulin</i>
22 <i>La ferme RDV stade du moulin</i>	14 <i>La plage RDV stade du moulin</i>
19 <i>La ferme RDV stade du moulin</i>	21 <i>Les dunes de la slack</i>
25 <i>Rando Resto "Les 2 Caps" 30Km : Escalles-Cap Gris Nez- (18Km repas)- Wissant -Escalles(12Km) à valider</i>	

Sorties susceptibles d'être modifiées en raison des conditions météorologiques ou des disponibilités des coaches

Pendant les vacances scolaires ZoneB, vous serez avertis des sorties maintenues
22/02 au 8/03/2015 26/04 au 10/05/2015

AXEL : 06 77 54 84 47

CHRISTIAN : 06 01 31 41 26