



La Marche du Printemps

Balade, rando, marche nordique

Le mardi 23 Avril 2024

Dans le Parc de CHAMARANDE (91)

8 H 45 ACCUEIL Parking rue de Lardy –
Parking du Belvédère
Voir le site du CODERS pour visualiser le lieu
<http://essonne-retraitesportive.fr>

9H Départ de la Marche 12 km
9H 15 Départ des Marches 9 km
10H Départ des Marches 6 km

12 H 15 à 12 H 30
Apéritif offert par le CODERS, puis menu traiteur (Hachis parmentier de canard, salade et dessert un tiramisu, même traiteur qu'à Interclub)
Si vous le souhaitez, apportez du vin, qui ne sera pas fourni par le traiteur pour réduire les coûts et pour la convivialité !! Pas d'abus.
ATTENTION : apporter vos couverts, verres, pour le repas
Prévoir aussi chaises, petites tables de camping si vous en avez. Important, car il y aura du monde dans le Parc pour pique-niquer
COÛT de la prestation pour les adhérents : 17€ (2€ pris en charge par le CODERS)



Le matin, possible de faire une balade dans le parc, en dehors des marches organisées
Après-midi libre : balade pour ceux qui le souhaitent, pétanque, molkky, jeux etc...
(apportez vos jeux)

Les animateurs Marche Nordique fourniront des bâtons pour ceux qui n'en possèdent pas



COUPON REPONSE POUR LA JOURNEE DU CODERS du 23 AVRIL 2024

Coût 17€, chèque à l'ordre de votre club. Indiquez ci-dessous par une croix, à quelle activité vous désirez participer, A retourner avant le 15 Avril

NOM et PRÉNOM	Rando 12 km	Rando 9 km	Balade 6 km	MN 9 km	MN 6 km	Pique-nique seul