



# MARCHE DOUCE

Nous proposons une activité marche douce.

Il s'agit de petites randonnées (**5 à 7 kilomètres en deux heures environ**) sur un terrain assez facile et dans un rayon d'une dizaine de kilomètres autour de **Nevers**.

Cette activité a lieu les **deuxième et quatrième mardis** de chaque mois.


Rendez-vous **Place du Champ de Foire aux Moutons à Nevers à 13h30**, soit pour **le départ effectif** de la randonnée, soit pour **le covoiturage jusqu'au point de départ**.

Cette activité s'adresse aux personnes désireuses de débiter ou de reprendre une activité physique de façon douce et progressive.

Pour l'année civile **2021**, nous marcherons les **mardis** :

- 12 et 26 Janvier
- 9 et 23 Février
- 9 et 23 Mars
- 13 et 27 Avril
- 11 et 25 Mai
- 8 et 22 Juin
- 14 et 28 Septembre
- 12 et 26 Octobre
- 9 et 23 Novembre
- 14 et 28 Décembre

**Pour de plus amples renseignements :**

 Michèle au 03 86 38 07 72