



Samedi 4 octobre 2025 : Journée Nationale de la Marche Nordique

**Parc de loisirs de la Forêt de Haye 54840 Bois de Haye
Rendez-vous à 8h45 (Parking face à la Forêt de Goupil)**

Le Club Alpin Français de Nancy, vous convie à y participer. Cette journée nationale a pour objectif de faire connaître et découvrir gratuitement au grand public cette activité. Mais aussi d'y inviter nos adhérents désireux de pratiquer cette discipline et nos marcheurs nordiques confirmés. Nos initiateurs présenteront la marche nordique telle qu'elle est pratiquée au sein du Club Alpin de Nancy.

Au programme : des séances découverte et initiation, plusieurs circuits de 14 à 6 km, des échauffements, du renforcement musculaire et des étirements (Prêt de bâtons)

La fin des séances est prévue aux environs de 12h00 et à l'issue nous nous retrouverons pour un moment de convivialité

Venez nombreux !

Contact : marieguerard@orange.fr et /ou tel :0631438531