

## Programme MARCHE NORDIQUE - Quatrième trimestre 2023

Jour	Circuit	Départ	Distance	Niveau*	Transport	Animateur(s)	Tél **	Remarques
Samedi 07 octobre	Forêt de l'Isle Adam Ouest	09h00 parking de la mairie	10 km	1	Covoiturage 3€	Equipe ACAL		Initiation débutants
Samedi 14 octobre	Forêt de l'Isle Adam Ouest	09h00 parking de la mairie	10 km	1	Covoiturage 3€	Equipe ACAL		Initiation débutants
Samedi 21 octobre	Forêt de l'Isle Adam Ouest	09h00 parking de la mairie	10 km	1	Covoiturage 3€	Equipe ACAL		Initiation débutants
Samedi 28 octobre	Forêt de l'Isle Adam Ouest	09h00 parking de la mairie	10 km	1	Covoiturage 3€	Equipe ACAL		Initiation débutants
Samedi 04 novembre	Forêt de Montmorency Ouest	09h00 parking de la mairie	10 km	2	Covoiturage 2€	Equipe ACAL		
Samedi 11 novembre	Forêt de l'Isle Adam Est	09h00 parking de la mairie	10 km	1	Covoiturage 3€	Equipe ACAL		
Samedi 18 novembre	Forêt de Montmorency Est	09h00 parking de la mairie	10 km	2	Covoiturage 2€	Equipe ACAL		
Samedi 25 novembre	Forêt de l'Isle Adam Ouest	09h00 parking de la mairie	10 km	1	Covoiturage 3€	Equipe ACAL		
Samedi 02 décembre	Forêt de Montmorency Ouest	09h00 parking de la mairie	10 km	2	Covoiturage 2€	Equipe ACAL		
Samedi 09 décembre	Forêt de l'Isle Adam Est	09h00 parking de la mairie	10 km	1	Covoiturage 3€	Equipe ACAL		
Samedi 16 décembre	Forêt de Montmorency Est	09h00 parking de la mairie	10 km	2	Covoiturage 2€	Equipe ACAL		
Samedi 23 décembre	Forêt de l'Isle Adam Ouest	09h00 parking de la mairie	10 km	2	Covoiturage 2€	Equipe ACAL		



### Légendes:

#### Niveau\*

- 1 = Facile
- 2 = Moyen
- 3 = Difficile

#### Equipe ACAL Tél \*\*

- Bruno 06 65 34 05 38
- Cyril 06 61 87 21 98
- Fatna 06 28 07 26 08

Vacances scolaires Zone C



### Site internet :

<https://acal-deuillabarre.fr/>

### Courriel :

[rando@acal-deuillabarre.fr](mailto:rando@acal-deuillabarre.fr)