PROGRAMME DE MARCHE NORDIQUE

SEPTEMBRE OCTOBRE NOVEMBRE DECEMBRE

2 0 2 2

Légende : (D)dénivelé , (L)parcours long,(P)plat,(F)facile

Renseignements : Françoise :06.87.19.79.36. – Gérard : 07.68.25.69.74. – Jean Luc : 07.81.25.67.18

	MERCREDI 14H	**SAMEDI 9H**	**LIEUX**
SEPTEMBRE		03 P	SAUVIGNY LES BOIS parking salle des fêtes
	07	10 D	BAVEROLLES étang du Palissonnet :après passage à niveau de Guérigny à gauche puis à droite vers St Aubin les Forges D 117 puis à 1 km à gauche route du Palissonnet se garer sur la digue à droite après la maison
	14	17 PF	GIMOUILLE parking du port après l'église à droite dans le virage
	21	24 PL	ROUTE DE CHÂTEAU CHINON après Forges au carrefour de la route de Bona tourner à droite vers Sauvigny parking à 600 m à droite avant le bois
	28	P	SAUVIGNY LES BOIS parking salle des fêtes
OCTOBRE		01 PF	FOURCHAMBAULT avant le pont à droite parking à 900m à gauche face à la carpe dorée
	05	08 PL	FORGES route de Château Chinon après Forges parking au château d'eau
	12	15 D	PARIGNY LES VAUX salle des fêtes PARKING DES RANDONNEURS
	19	22 PF	GUERIGNY parking à gauche dans le virage avant passage à niveau vers silos
	26	29 P	SOULANGY à droite avant le pont de Fourchambault suivre la route sur 4km au panneau Soulangy à gauche prendre petite route parking à 900m
NOVEMBRE	02	05 P	NEVERS CANOË bord de Loire chemin à gauche vers Hôtel Mercure
	09	12 D	FONCELIN D 907 à gauche avant virages de Pougues se garer dans le village
	16	19 PF	MONTIGNY AUX AMOGNES parking vers l'école
	23	26 P	GERMIGNY parking salle des fêtes en dessous de l'église
	30	D	LE CARRAGE après Coulanges à Pont St Ours à droite à 5km à gauche au hameau se garer tout de suite après le pont sur le Meulot
DECEMBRE		03 D	LE CARRAGE " " "
	07	10 PF	SAINT MARTIN D'HEUILLE parking cimetière derrière l'église
	14	17 PF	NIFFONDS parking étang des pécheurs entre Varennes et Urzy