

Calendrier Nicolas modif' le 16/02**Pays Fouesnantais, Quimper Nord et Concarneau****« Séances en accès libre, du 09/2018 au 07/2019 »****! les carnets 20 séances du 02-2018 valables jusqu'au 01-2019 !**

« Les séances débutants (Bénodet-le Letty, Pleuven-Moulin du Pont, Combrit-Roscouré) sont mises en place selon la demande. Elles ont pour objectif de vous faire découvrir un sport santé & fitness, dans des conditions optimale ; afin que vous puissiez participer aux séances loisirs, si vous le souhaitez. Ces séances sont libres et sans engagement, néanmoins, de 2 à 6 séances « débutants » sont nécessaires pour intégrer les groupes Loisirs, séance à la demande si 3 personnes/séance.

Lundi: Débutants-séniors 14h15 à 15h30, autre horaire débutant loisirs avec Erwan* Lundi 9h30 (*)<https://www.sport-nature-by-erwan.com/marche-nordique-en-pays-bigouden-avec-erwan-thoby>

Mardi **9h30** à 11h : Loisirs séniors (7 à 9 km)

Mercredi **9h30** à 11h: Loisirs Actifs (7 à 10km).

Samedi **9h45** à 11h15: Loisirs Actif (7 à 9km)

Samedi: Débutants-Loisirs 14h15 à 15h30, Pays Fouesnantais ou Quimper (1 samedi/2 Printemps/Eté/Automne)

Février	RDV
Lundi 25	Combrit, parking après Pont de Cornouaille (devant ancien restaurant la Villa)
Mardi 26	Combrit, parking après Pont de Cornouaille (devant ancien restaurant la Villa)
Mars	RDV
Samedi 2	Clohars-Fouesnant , parking résidences du Golf, Golf de l'Odet
Lundi 4	Fouesnant, parking chapelle St Sébastien, Rte de Moustierlin-Pont Henvez
Mardi 5	Combrit, parking plage de Kermor
Mercredi 6	Combrit, parking plage de Kermor
Samedi 9	Quimper Moulin Vert, plaine du Moulin Vert , parking face MPT, chemin Prateyer
Lundi 11	Combrit, parking plage de Kermor
Mardi 12	Tréméoc, parking Plan d'Eau, le Roch (ou rdv 9h20 Mairie)
Mercredi 13	Clohars-Fouesnant , parking résidences du Golf, Golf de l'Odet
Samedi 16	Locronan, bois du Nevet, parking Maison forestière, suivre Hôtellerie du Nevet
Lundi 18	Combrit, parking plage de Kermor
Mardi 19	Quimper Moulin Vert, plaine du Moulin Vert , parking face MPT, chemin Prateyer
Mercredi 20	Port la foret, parking plage de Keleven à coté Camping des Saules
Samedi 23	Tréméoc, parking Plan d'Eau, le Roch (ou rdv 9h30 Mairie)
Lundi 25	Moulin du Pont Pleuven, résidences de Penfrat
Mardi 26	Moulin du Pont Pleuven, résidences de Penfrat
Mercredi 27	Moulin du Pont Pleuven, résidences de Penfrat
Samedi 30	Moulin du Pont Pleuven, résidences de Penfrat
Samedi 30	Moulin du Pont Pleuven, résidence de Penfrat
Avril	RDV

S'orienter vers les RDV : <https://www.google.fr/maps/@48.0893975,-3.0784565,8z>

Renseignements Infos : 06 07 09 61 06

Inscription 24h à l'avance demandé, pas d'inscription sur place.

Tarif unique séances débutants sans engagement **7 € (bâtons inclus)**

<http://www.nature-forme-evasion.fr/upload/pdf/tarifs-marche-nordique.pdf>

Calendrier susceptible d'être modifié suivant la météo !

Notre actualité nos autres activités

<http://www.nature-forme-evasion.fr/actualites.html>

<http://www.nature-forme-evasion.fr/upload/pdf/gym-fit-ball.pdf>

Visitez notre page Facebook : les photos des séances, sorties MN communes, info Gym Pilates, les stages...<http://www.facebook.com/pages/nature-forme-evasionfr/125322014150471?v=wall>