

CHALLENGE MARCHE NORDIQUE UFOLEP 83 2016-2017

3^{ème} étape organisée par Marche Nordique Cœur du Var

Samedi 18 mars 2017

A GONFARON

Ouverte à tous, du débutant au sportif, adhérents d'un club ou individuels



Accueil à la salle polyvalente de Gonfaron à partir de 8h.

- 3 parcours :**
- 1) **9h :** Parcours Sportifs 14 Km 530 m. de dénivelé.
 - 2) **9h15 :** Parcours Confirmés 10 Km 400 m. de dénivelé.
 - 3) **9h30 :** Parcours Bien Etre 5 Km 80 m. de dénivelé.

Echauffement 15 mn avant chaque départ.

Prêt de bâtons : réservation obligatoire au **0606570852**

Participation : **7 euros** si inscription avant 18h la veille (café d'accueil, ravitaillement, apéritif, cadeau)

(8 euros si inscription sur place ou après 18h la veille)

Remise des récompenses vers **12h15**- Possibilité de pique-nique sur place

Renseignements et inscriptions :

Christian LIGNER **0606570852** cl20@free.fr