



Découvrez et pratiquez la Marche Nordique à Autrans

*Une activité physique complète, une mobilisation harmonieuse
du corps, une pratique ludique et accessible à tous et à toutes.*

Séances "initiation / découverte"

Tous les lundis de 09h30 à 11h00

Tous les vendredis de 16h30 à 18h00

Tous les dimanches de 09h30 à 11h00

12 € / personne (bâtons fournis)



Séances "vitalité / santé"

Tous les lundis de 16h30 à 18h30

Tous les vendredis de 09h30 à 11h30

15 € / personne (bâtons fournis)

Renseignements / inscriptions par téléphone au 06 25 60 45 21

Jean-Pierre Guilloteau

Moniteur de Marche Nordique – Accompagnateur en Montagne