

## Santé et bien-être : La marche nordique en pointe



Santé et bien-être : La marche nordique en pointe

### De la découverte à la compétition, au loisir, à la santé et au bien-être

#### zoom sur l'activité

- Les séances Marche Nordique reprennent avec cette année un cours supplémentaire (séances d'essais sur le mois de septembre, les bâtons sont prêtés gratuitement) :
- le lundi 5 septembre de 18H30 à 20H00 sur **Auch** pour les débutants, au parking de la tribune de l'hippodrome, rue Roger Salengro (vers la zone industrielle)
- Le mardi 6 septembre de 18H30 à 20H00 : - sur **Mirande**, à la piste d'athlétisme à côté du collège et du gymnase - sur **Fleurance**, au parking à côté du stade de rugby et de football
- Le jeudi 8 septembre de 18H30/45 à 20H00 sur Auch pour tous niveaux, au parking de la tribune de l'hippodrome, rue Roger Salengro (vers la zone industrielle) - 1 dimanche matin par mois avec une sortie dans le Gers - 2 week-ends en fin d'année à la montagne et à la mer