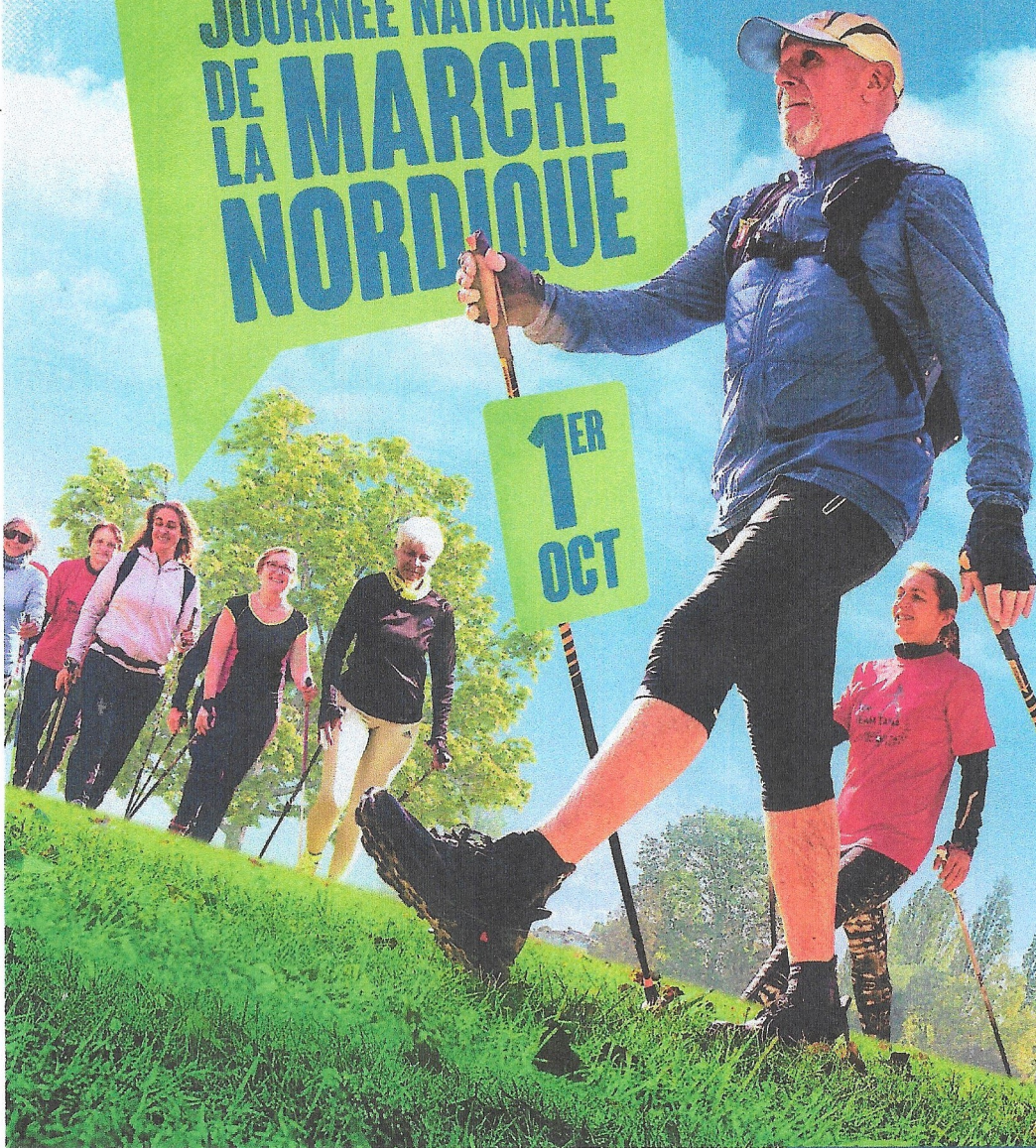


# JOURNÉE NATIONALE DE LA MARCHÉ NORDIQUE

1<sup>ER</sup>  
OCT



# JOURNÉES NATIONALES DE LA MARCHÉ NORDIQUE

## VENEZ DÉCOUVRIR GRATUITEMENT LA MARCHÉ NORDIQUE

Les clubs de la Fédération Française d'Athlétisme vous invitent à venir vous initier à la marche nordique partout en France ! C'est une activité qui permet de solliciter toute sa musculature du corps par l'utilisation de bâtons pour se propulser.

Pour bénéficier de tous les bienfaits de cette pratique, des coach qualifiés vous prodiguerons les meilleurs conseils. Activité bien-être par excellence, la marche nordique s'adresse à tous les publics quel que soit l'âge et la condition physique.

### LE CLUB PROCHE DE CHEZ VOUS PARTICIPE

LIEU : KIOSQUE à Musique  
33390 BLAYE  
Face Navire

HEURE : 9H00 à  
15H00

**ALBS Athlétisme**

13 Route de Royan  
33390 EYRANS

CONTACT : ANNIE  
06.81.46.83.57

Tél. 06 57 42 29 94 - Port. 06 20 31 67 95

Cette journée est l'occasion idéale d'essayer cette activité dynamique, accessible à tous, qui allie en douceur endurance et renforcement musculaire. Elle permet de se dépenser en extérieur dans l'ambiance conviviale d'un club d'athlétisme. Vous n'avez pas de bâtons ? On vous en prête !

