

Foulez Nordique au Pays de Fort Boyard



NORDIC
de la Prée

www.nordicdelapree.com

Samedi 18 mai 2024

MARCHE NORDIQUE

Saint-Laurent-de-la-Prée, Fouras-les-Bains

Organisée par l'association « Nordic de la Prée »



Inscription

Rendez-vous : à partir de 8h00 Mairie salle polyvalente
131 rue de la Croix des Joncs 17450 Saint-Laurent-de-la-Prée.

Retrait des documents : à partir de 8h00

Départ des quatre parcours : entre 8h30 et 9h15

Les marais de Saint Laurent (10 km) : les marais

L'Aubonnière (14 km) : le littoral, ses plages, ses carrelets

Le tour de la Presqu'île (19 km) : les bords de la Charente en plus

Le grand tour de la Presqu'île (25 km) : un peu de marais en plus

Séance découverte (6 ou 10 km) : dans les marais, départ à 8h30

La Fumée : extension de 3 km pour atteindre l'extrémité de la presqu'île

<https://www.helloasso.com/associations/nordic-de-la-pree/evenements/foulez-nordique-au-pays-de-fort-boyard-18-mai-2024>

Pour l'inscription sur Helloasso, flashez le QR code ci-dessus ou tapez l'adresse dans votre barre de recherche .

Détails et bulletin d'inscription au dos

10^{ème} édition



La Charente Maritime
les marais, les bords de Charente, le littoral
les îles du pertuis d'Antioche



Saint Laurent
de la Prée



les chemins, une richesse préservée
Charente-Maritime



LA RADIO HITS AND ORANGE
88.8 / 94.8 / 103.4 FM TERREMARINEFM.COM

Pour les débutants : séance découverte marche nordique à 8h30 (inscription indispensable). Prêt de bâtons contre un chèque de caution ou une pièce d'identité. Départ à 8h30.

Ravitaillements : au départ à la mairie, à l'Espérance et à la plage Nord à Fouras.
Pique-nique : tiré du coffre, pour des moments d'échanges et de convivialité, pour le déjeuner, à l'arrivée. Tivolis à disposition.

Tarif : 12 € par personne. Dégustation d'huîtres et tirage d'une tombola

Renseignements et inscriptions :

Site, règlement et paiement en ligne : <https://foulez nordique.jimdo free.com/>

Courriel : foulez nordique@gmail.com Tel : 06 51 09 45 78

Pour des possibilités d'hébergement : voir sur le site

OT Rochefort Océan : <http://www.rochefort-ocean.com/> 05 46 99 08 60

Bulletin d'inscription 2024 -date limite d'inscription le 11 mai

Foulez nordique au Pays de Fort Boyard samedi 18 mai 2024

Nom :

Prénom :

Adresse :

Téléphone:

Adresse mail :

Nom de votre association :

La personne mentionnée ci-dessus recueillera les documents des membres du groupe le 18 mai à l'accueil

Le paiement de l'inscription vaut acceptation du règlement.

Nombre de participants

Sans séance découverte

X 12 € = €

Avec séance découverte

X 12 € = €

Total = €

Nombre de marcheurs nordique par parcours

10/14 km :

19 km :

25 km :

Paiement par chèque à l'ordre de « Nordic de la Prée », à envoyer au
38 avenue du Stade 17450 Fouras

Je certifie avoir pris connaissance du règlement.

Fait à :

Le :

Signature :