



## Programme des MN de septembre et octobre 2023

### Animatrices / Animateurs Des Marches Nordiques

Monique C. Philippe P. Christine L Christian B Gérard A Michel B Philippe K

Chaque adhérent pratiquant la MN reçoit un mail ou sms ou téléphone de confirmation ou de changement ou d'annulation en fonction de la situation en principe 1 ou 2 jour avant celle-ci.

### Marches Nordiques (MN) de Septembre

dimanche 17 septembre Philippe K, Christian B, Pierrefeu, La Saute, Parking avant les Davids, 9h30.

2e RdV coopérative de Pierrefeu à 9h50.  
Covoiturage parking Ste Musse.

lundi 18 septembre Philippe K, Janas, La Seyne/mer, Parking Ferme biologique, 9h30. Fabrégas.

jeudi 21 septembre Christian B, Phil, Christine, Le Mourillon, Toulon, RdV pkg anse Tabarly, 18h00. pique-nique

samedi 23 septembre Christian B, Michel Port Pothuau, Plage l'Argentière, Pkg Port Pothuau, 9h00.

dimanche 24 septembre Christian B, Foulée des gazelles, La Crau, Domaine de la Castille

lundi 25 septembre Christine, Philippe K, Janas, La Seyne/mer, Parking Ferme biologique, 9h30. Fabrégas.

jeudi 28 septembre Christian B, Le Mourillon, Toulon, RdV pkg anse Tabarly, 18h00.

samedi 30 septembre Christine, Philippe K, Port Pothuau, Hyères, Pkg Port Pothuau, 9h00. ou Tourris. 9h30.

J

### Marches Nordiques (MN) d'octobre

lundi 2 octobre Philippe K, Janas, La Seyne/Mer, Parking Ferme biologique, 9h30. Fabrégas.

jeudi 5 octobre Gérard, Le Mourillon, Toulon, RdV pkg anse Tabarly, 18h00.

samedi 7 octobre Philippe K, Faron, corniche Roussel, 12849h00.

lundi 9 octobre Philippe K, Janas, La Seyne/Mer, Parking Ferme biologique, 9h30. Fabrégas.

jeudi 12 octobre Christian B, Le Mourillon, Toulon, RdV pkg anse Tabarly, 18h00.

samedi 14 octobre Christian B, Philippe K, Port Pothuau, Hyères ou La Capte, Pkg Port Pothuau, 9h00.

lundi 16 octobre Christine, Janas, La Seyne/Mer, Parking maison forestière, 9h30. Fabrégas.

jeudi 19 octobre Le Mourillon, Toulon, RdV pkg anse Tabarly, 18h00.

samedi 21 octobre Gérard, Port Pothuau, Hyères, Pkg Port Pothuau, 9h00.

lundi 23 octobre Christine, Janas, La Seyne/Mer, Parking Ferme biologique, 9h30. Fabrégas.

jeudi 26 octobre Christian B, Phil, Le Mourillon, Toulon, RdV pkg anse Tabarly, 18h00.

samedi 28 octobre Michel Plan de la Garde, La Garde, Pkg la Foux, 9h00.

lundi 30 octobre Christine, Janas, La Seyne/Mer, Parking Ferme biologique, 9h30. Fabrégas dimanche