MARCHE
RANDONNEE
COUËRONNAISE

Institut de Cancérologie de l'Ouest

Marchons pour lutter contre le cancer

Au profit de la Recherche pour le centre GAUDUCHEAU

Marches à allure libre

LE DIMANCHE 24 MARS 2019

Départ Centre communal de l'Erdurière (Couëron)

- 8h00 *Départ groupé des 24 kms*
- 9h00 *Départ groupé des 15 kms*
- 10h00 *Départ groupé des 8 kms*

- 10h00 *Départ Marche Nordique des 12 kms*

Ravitaillement sur parcours et arrivée

*afin de réduire les déchets et protéger l'environnement, nous vous conseillons de venir avec **vos propres gobelets**.*

Inscription 5 € avant le 21 Mars 2018 (Chèque à l'ordre de MRC)
Majoration d'1 € pour inscription sur place

Gérard PINIER *- 10 rue du Moulin de la Pâtissière - 44800 SAINT-HERBLAIN*
Tél. : 06 80 92 53 98 – Email : marcherandonneecoueronnaise@gmail.com
Site Internet : **couerando.free.fr**

Les organisateurs auront le souci d'assurer la SECURITE et le RESPECT de L'ENVIRONNEMENT.
De leur côté, les participants devront observer les règles du code de la route.
Nous déclinons toute responsabilité en cas d'accidents ou de poursuites liés aux actes

FFRandonnée
les chemins, une richesse partagée
Loire-Atlantique

Ne pas jeter sur la voie publique

MARCHE
RANDONNEE
COUËRONNAISE

Institut de Cancérologie de l'Ouest

Marchons pour lutter contre le cancer

Au profit de la Recherche pour le centre GAUDUCHEAU

Accueil :

Centre communal de l'Erdurière (Couëron)

Heures de départ :

24 km : Départ groupé à 8h00
15 km : Départ groupé à 9h00
10 km : Départ groupé à 10h00
12 km : Marche nordique à 10h00

NOM	Prénom	Club	Age	Marches				Montant
				24 kms	15 kms	8 kms	Nordique	

Infos pratiques : ***Gérard PINIER*** *- 10 rue du Moulin de la Pâtissière - 44800 SAINT-HERBLAIN*
Tél. : 06 80 92 53 98 – Email : **marcherandonneecoueronnaise@gmail.com**
Site Internet : **couerando.free.fr**

Le parcours ne présente pas de difficulté particulière, chacun marche à son rythme.
Veuillez au respect de la nature, de l'environnement et du code de la route.
Les mineurs devront être accompagnés d'un adulte. Attention à ne pas surestimer leurs possibilités. L'inscription vaut déclaration de bonne santé.
Marche Randonnée Couëronnaise est adhérente FFRP

Ne pas jeter sur la voie publique