

Dimanche
1^{er}
octobre 2017

ÉVÉNEMENTS
**SPORT
SANTÉ**

marche ^{5^e} édition nordique

Embrun/
Mt Guillaume

5 parcours tous niveaux

Sport santé par excellence

Conférence sport santé

+
Samedi 30 septembre

Ateliers marche

Infos/inscriptions : voir au dos
06 68 24 81 89 | 06 89 61 85 78
<https://gymnatureforme.fr>

Gym Nature Forme



Le bien-être ça s'apprend !





Sylvie Brassolis Atelier Graphique 06 89 61 85 78 Ne pas rater sur le vote publique

Marche Nordique Embrun 5^e édition
et marchez toute l'année avec Gym Nature Forme

Avec des encadrants bénévoles et professionnels.
Les organisateurs s'autorisent à modifier les parcours si nécessaire.



Samedi 30 septembre GRATUIT

Ateliers marche et inscriptions au parking Delaroché (zone promenade belvédère) à partir de 14h30 : ateliers initiation et perfectionnement à la marche nordique. Aide au choix des parcours du dimanche. **Conférence La Santé par le Sport** salle de la Manutention à 18h : pour tous publics.

Dimanche 1^{er} octobre - 5 parcours pour tous

Parcours suivi d'un repas (coupon d'inscription ci-dessous).

	Parcours distance/dénivelé +	Accueil & inscription	Départ
1	Jaune 6,3 km / 211 m	9h30	10h00
2	Vert 7,2 km / 372 m	9h30	10h00
3	Bleu 11 km / 638 m	9h00	9h30
4	Rouge 13,5 km / 824 m	8h30	9h00
5	Noir 19,5 km / 1398 m	8h00	8h30

Hébergement : <http://www.tourisme-embrun.com/>

Infos/règlement : 06 89 61 85 78 - <https://gymnatureforme.fr>

30 septembre et 1^{er} octobre 2017
et marchez toute l'année avec Gym Nature Forme

Inscriptions à l'adresse Gym Nature Forme, chez Mme Béthune, 3 lotissement Les Clots, Route de Caléryère, 05200 Embrun.

Marcheurs Parcours seul : 8 €/pers. | Parcours + repas : 14 €/pers.*

* 12 € si envoi avant le 20/09/17

	Nombre		Nombre
Parcours 1 :
Parcours 2 :
Parcours 3 :
Parcours 4 :
Parcours 5 :
	8 € X _____ = _____ €		14 (ou 12) € X _____ = _____ €

Accompagnants Repas seul : 10 €/pers. X _____ = _____ €

Garantie annulation + 3 € X nombre d'inscrits du bulletin = _____ €

Chèque à l'ordre de « Gym Nature Forme » → **TOTAL = _____ €**

Nom : **email :**

Tél. : **Signature :**

reconnais avoir pris connaissance du règlement
et en accepte les clauses.