



**Vous avez plus de 18 ans ? Vous aimez marcher ?
Vous souhaitez découvrir votre environnement hors des sentiers battus ? Vous recherchez de la convivialité ?
Vous avez répondu oui à toutes ces questions ?
Alors rejoignez-nous.
Comment faire ? C'est simple : toutes les informations sont au verso.**

**A bientôt.
Le Bureau**

LES MARCHES

Marche douce.....: 6 km maxi ~ 2 h à 2 h 30 mardi & week-end
Petite marche.....: 8 à 10 km ~ 3 h le mardi
Grande marche.....: 10 à 13 km ~ 3 h le mardi & week-end *
Marche soutenue : 10 à 15 km ~ 3 h le samedi
* Le mardi matin et alternativement samedi ou dimanche

TARIF

25 € l'année sportive
+ 10 € à l'ASMD

ACTIVITES & EVENEMENTS

Rando "Vin chaud" en décembre *
Soirée restaurant en fin d'année
Soirée galette en début d'année
Week-end rando & culture au printemps
Journées pique-nique
* avec modération



Plus d'informations, tous les documents d'inscription et les actualités sur notre blog : <http://www.asmdmarche.fr/blog/>
← ou scannez le qr code

CONTACTS



Président

Jean-Pierre LEHERISSIER

☎ 06 80 15 88 53

📧 president.marche@asmd.fr

Secrétaire

Annick MENARD

☎ 06 24 65 64 24

📧 secretaire.marche@asmd.fr

