



# Les Nordic Walkers

Objet de l'association : La pratique et le développement de la marche nordique

Activités proposées par l'association : Nous proposons des sorties en marche nordique, encadrées par des accompagnateurs de moyenne montagne diplômés d'Etat.

## ***D'avril à début juillet et de septembre aux vacances de Noël***

3 séances par semaine de marche nordique, tous niveaux :

- Jeudi de 18h30 à 20h30
- Vendredi de 9h30 à 12h et une séance spécifique de "remise en pleine forme" qui s'appuient sur la marche nordique de 14h à 16h
- Samedi de 9h30 à 12h

Ces sorties sont destinées à toute personne qui souhaite commencer une activité physique ou reprendre une activité sportive suite à une interruption en lien avec des événements de la vie ou périodes sédentaires : maladie, grossesse, confinement, ... y compris les personnes qui peuvent être concernées par le "Sport sur ordonnance".

## ***Pendant la période hivernale***

Une séance par semaine, en alternance le samedi ou le dimanche de 10h à 12h, de marche sur neige.

## Manifestations de l'année :

- Participation au forum des associations en septembre.
- Une sortie gratuite d'initiation pour toutes les personnes nouvellement inscrites, le samedi suivant le forum des associations.
- Assemblée générale en septembre
- sorties en journées, avec pique-nique tiré du sac
- Participation à l'Euronordicwalk en juin
- Participation au festival multisports de Saint Nizier en mai

## Vie associative :

- Participation à l'Euronordicwalk en juin
- Participation au festival multisports de Saint Nizier en mai

Projets en cours : actuellement nous travaillons sur le développement des séances de "remise en pleine forme"

## Contact :

Les Nordic Walkers  
Chemin de Rochefort  
38250 Lans-en-Vercors

Présidente : Evelyne Desbrosses  
Mail : evelyne.desbrosses@gmail.com  
Tel : 06.88.36.52.73

 : les nordic'Walkers



# LANS-EN-VERCORS