

SORTIES MARCHÉ NORDIQUE (MN) ET SÉANCES DE RENFORCEMENT MUSCULAIRE (RM) DU 3 au 30 juin 2019

DATE		THÈME	HORAIRES	ENTRAÎNEURS	LIEU DE LA SORTIE/SÉANCE	POINT DE RDV	OBSERVATIONS
LUN	3	MN	09h00 - 11h00	René	Bougue	Ancienne plateforme SNCF	COV
MAR	4	RM	18h15 - 19h15	Mireille	Stade Boniface	Stade Boniface	
MER	5	MN	17h00 - 19h00	Jean-Luc - Martine	Nahuques	Stade Boniface	
JEU	6	RM	12h30 - 13h30	Mireille	Stade Boniface	Stade Boniface	
		MN	18h30 - 20h00	Marie	Ménasse	Parking centre de loisirs	
VEN	7	MN	09h00 - 11h00	René	Ménasse	Parking centre de loisirs	
		MN	18h00 - 20h00	Sortie supprimée			
LUN	10	MN	09h00 - 11h00	Lundi de Pentecôte : pas de MN			
MAR	11	RM	18h15 - 19h15	Mireille	Stade Boniface	Stade Boniface	
MER	12	MN	17h00 - 19h00	Corinne - Martine	Pémégnan	Stade Boniface	
JEU	13	RM	12h30 - 13h30	Mireille	Stade Boniface	Stade Boniface	
		MN	18h30 - 20h00	Marie	Ménasse	Parking centre de loisirs	
VEN	14	MN	09h00 - 11h00	Marie	Gaillères	Étang de Massy	COV
		MN	18h00 - 20h00	Sortie supprimée			
LUN	17	MN	09h00 - 11h00	René	Chemin de halage	Passerelle quai Silguy	
MAR	18	RM	18h15 - 19h15	Mireille	Stade Boniface	Stade Boniface	
MER	19	MN	17h00 - 19h00	Corinne - Martine	Voie verte	Stade Boniface	
JEU	20	RM	12h30 - 13h30	Mireille	Stade Boniface	Stade Boniface	
		MN	18h30 - 20h00	Marie	Nahuques	Parking tennis La Hiroire	
VEN	21	MN	09h00 - 11h00	René	Mazerolles	Parking Brico Leclerc	
		MN	18h00 - 20h00	Sortie supprimée			
		Dîner	À partir de 19h30	Restaurant (à choisir)- Fête de la musique en suivant pour les noctambules passionnés - Inscription possible jusqu'au 29 mai			
LUN	24	MN	09h00 - 11h00	René	Ménasse	Parking centre de loisirs	
MAR	25	RM	18h15 - 19h15	Mireille	Stade Boniface	Stade Boniface	
MER	26	MN	17h00 - 19h00	Jean-Luc - Martine	Nahuques	Stade Boniface	
JEU	27	RM	12h30 - 13h30	Mireille	Stade Boniface	Stade Boniface	
		MN	18h30 - 20h00	Sortie supprimée : aucun entraîneur disponible			
VEN	28	MN	09h00 - 11h00	René	Nahuques	Parking château de Nahuques	
		MN	18h00 - 20h00	Sortie supprimée			
DIM	30	MN	07h30 - 17h30	JP - René	LE TEICH (Bassin d'Arcachon)	N'aura vraisemblablement pas lieu (report saison 2019/2020)	
COV	Covoiturage proposé à partir du parking Brico Leclerc pour BOUGUE et GAILLÈRES, du parking de la boulangerie Blachère (face au concessionnaire VW/SEAT) pour BRETAGNE-DE-MARSAN - RDV 08h35 pour GAILLÈRES. 08h40 pour BOUGUE et 08h45 pour BRETAGNE-DE-MARSAN.						
Les lieux de sorties MN sont donnés à titre indicatif. Ils pourront être modifiés en cas de force majeure et vous serez, dans ce cas, prévenus par SMS ou mail.							