

	Pic nic selon météo Journées complètes	Retraités CFDT Bibus Programme des séances	Marche Nordique De Janvier à Juin 2026	* Facile	** Moyen	*** Difficile
Janvier				Ce programme peu être modifié en fonction de la météo		
lundi	5	12	19	26		
	20 / Circuit de Bodonnou 11 et Rdv 14H00 Chapelle de Bodonnou	3/ L'Anse de Kerhuon 9km * et 6 Km Rdv 14h00 Park.église de Kerhuon	22 / L'Arc'hantel 10km et 6km * Rdv 14H00 Parking Arc'hantel	9 / Rive de l'Elorn Le Douves 10km et Rdv 14h00 Park. De Pen an Traon		
Février						
lundi	2	9	16	23		
	31/ Témazan Landunvez 10km et Rdv 14H00 Park.Eglise de	9 / Pontavennec St Renan 10km et Rdv 14h00 Parking lac de Tycolo	27/ Les Balcons St Pierre 10km et Rdv 14h00 Park.porte quatre	11/ Chapelle St Sébastien 10km et 6 km * Rdv 14h00 Park du Bourg Locmaria Plz		
Mars						
lundi	2	9	16	23		
	8 / Moulin Guilers 10,5Km et 6km Rdv 14H00 Parking Leclerc	24 / Kergroades Bréles 10km et Rdv 14h00 Park.église de Bréles	26/ La Forêt Landerneau 10km et Rdv 14h00 Park.église de la Forêt	19 / La chap.Locméven Ploumoguier Rdv 14h00 Parking Plage de Kerhornou		6 / Le Tinduff 10km et 6km Rdv 14h00 Port du Tinduff
Avril						
lundi	9 jeudi	13	20	27		
	11 / Bois Keroual/tridour 10km et Rdv 14H00 Park de Monceau	14 / Pointe L'armorique 8,5 km et Rdv 14h00 Port de L' Auberlac'h	25 / Menhirs la sorcière 9,5km et Rdv 14h00 Park.église de Bréles	La vallée des moulins Plouvien 10,5 et 6 Rdv 14h00 Bourg de Plouvien		
Mai						
lundi	4	11	18	28 jeudi		
	22 / Lampaul Plouarzel 10.5 et Rdv 14H00 Park.Port de Porspaul	20 / Le Minou 10km et 6 km* * * Rdv 14h00 Parking plage du Minou	1/ St Hervé Tréouergat 10 km et 6 Rdv 14h00 Eglise de Tréouergat	4 / Keramenez Plougastel 9km et 6km Rdv 14h00 Pen ar ster		
Juin						
lundi	1	8	15	22		
	Circuit Abers Lanildut 10 et 6km	14 / Trébabu 10km et 6 km * * Rdv 9h30 Eglise de Trébabu	26 Penn Pont Chateauneuf 10 et 6km	15 / Le circuit de St Mathieu 10km et 6km Rdv 9h30 Devant chez Patrick		29 Porspoder10km et 6 km Pic nic
	Petites consignes pour la marche nordique en groupe: En cas de doute sur l'itinéraire, attendre ou revenir sur ses pas. En file indienne Gardons nos distances (2 m environ) pour éviter les coups de bâtons. Pour traverser une voie de circulation attendre la consigne. N'hésitons pas à prévenir un coach lorsque cela ne va pas. Pour les arrêts pipis isolés, informons au moins une personne. Pensons à prendre de l'eau et des sucreries ou biscuits. Pour celles et ceux qui souhaitent partir devant prévenir un coach, Sur les voies de circulations marchons à droite en file indienne.					