ASPTT PAYS CATALAN CANOHÈS
CLUB OMNISPORTS
cultivons vos envies

PLANNING HEBDOMADAIRE MARCHE NORDIQUE SAISON 2021-2022

MARS

Horaires	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi - Dimanche
9h00	**Séance MN** Ste Marie la mer (Parking Agora)	*en attente*	**Séance MN** Lac Villeneuve de la Raho (2 groupes)	*en attente*	**Séance MN et/ou FitNordic** Complexe Sportif ASPTT ou Stade Canohes	**Evènements - Compétitions *(voir details sur planning annuel*** ***-13 MARS Sortie GARON*** ***-20 MARS Sortie Raquettes (Capcir)*** ***Animation MN Décathlon (Claira) date non définie***
10h30						
11H00			**Séance MN adaptée** Lac de la Raho			
11H30						
18h30	**Séance MN** Lac Villeneuve de la Raho			**Séance Technique MN & Renfo -** Complexe Sportif ASPTT ou Stade Canohés		
20h00						

Coachs: Tel:	Christophe Cheval - Gérard Morales - Raphaele Courbon (polyvalence / séances) 06 64 27 34 38 07 81 07 43 49 06 33 53 92 74

Secteurs: (évolutif / saisons)	Villeneuve de La Raho- Canohès-Complexe ASPTT-Ponteilla /Nyls-St Estève-Pollestres-Le Canal -Serrat d'en Vaquer-Le Soler-Cabestany-Canet en R- Ste Marie la mer - Montpins.