

# LA NORDIQUE

du Gévaudan

Rencontres autour de la marche nordique

>17/18 sept. 22  
MARVEJOLS / Lozère

<http://lanordiquedugevaudan.e-monsite.com>

# Samedi 17 sept.

Salle polyvalente de Marvejols (rue du stade)

## L'après-midi

Rencontres autour de la Marche Nordique  
Stands matériels et produits locaux

- À partir de 13h30 :  
Accueil, retrait des pass, Inscriptions
- 14h : Prêt de bâtons gratuit...
- 14h30 : Conférence de Jean-Pierre Guilloteau  
« La magie de la Marche Nordique »  
(entrée libre)
- 16H : Ateliers perfectionnement et initiation  
(limité à 15 participants par atelier)

## En soirée

Marche Nordique en semi nocturne  
9 km / D+ : 170 m

- 17h45 : Échauffements  
(sous réserve de modification)
- 18h : Départ  
(sous réserve de modification)
- Sur le parcours : Apéritif lozérien  
offert par Marche Nordique Lozère
- 20h30 : Repas sur réservation  
organisé par l'Office du Tourisme  
Gévaudan Authentique

### En pratique

> Pour s'inscrire :

- Rendez-vous  
sur notre site

- Merci de  
scanner le QR code

> Pour plus d'infos :  
[lanordiquedugevaudan@orange.fr](mailto:lanordiquedugevaudan@orange.fr)



# Dimanche 18 sept.

## Toute la journée

Rencontres autour de la Marche Nordique  
Stands matériels et produits locaux

## Le matin

- 7h30  
Retrait des pass, Inscriptions,  
prêt de bâtons

2 randonnées Marche Nordique  
balisées de 9 km et 17 km.  
(plus de précisions dans le tableau  
ci-dessous)

- Avant le départ, échauffements collectifs.
- Ravitaillements sur les parcours.
- A l'arrivée, étirements collectifs.

Parcours	Départ	Distance	D+ / D- m/m	Échauffements	Départ	Horaires d'arrivée (estimation)
ROUGE	8h15	17 km	523 m	7h30	8h30	13h
BLEU	9h30	9 km	345m	9h45	10h	

**LA NORDIQUE**  
du Gévaudan