



L'ASCEE 63 vous propose de participer à une demi-journée « Initiation à la marche nordique ».

La marche nordique est connue depuis les années 30 en Finlande où ce sport a été inventé. Elle commence juste à trouver sa place chez nous. C'est un sport et un loisir particulièrement bon pour la santé, notamment pour le stress, les rhumatismes et pour les muscles : 90 % d'entre eux sont sollicités !

Aujourd'hui on compte 10 millions de pratiquants dans plus de 40 pays.

Cette nouvelle activité peut se pratiquer partout, pour tous et à tout âge.

Aussi, l'ASCEE 63 vous propose de participer à une demi-journée « initiation » avec des instructeurs diplômés d'AuvergnAttitude (le 13 avril 2013 après-midi).

Si cette demie-journée vous intéresse, merci de vous pré-inscrire par mail avant le 2 avril 2013 à :

genevieve.peligry@developpement-durable.gouv.fr

et de vous inscrire par retour du bulletin avant le 11 avril 2013.

Tarif : 8 euros (sur la base de 15 personnes) (cela dépendra du nombre d'adhérents : plus on sera, moins on paiera !) la séance de 2h30 (bâtons inclus) sur un lieu proche de Clermont-Ferrand qui sera précisé lors de l'inscription (a priori sur le Plateau de Gergovie).

Date : 13 avril 2013 après-midi

Renseignements auprès de :

Geneviève PELIGRY

VP Sports - ASCEE 63

DIR MC / DPEE

04-73-29-79-34

INSCRIPTION MARCHE NORDIQUE
(13 avril 2013)

à retourner par courrier interne à Geneviève PELIGRY/DIR MC / DPEE
avant le 11 avril 2013 accompagné du règlement par chèque à l'ordre de l'ASCEE 63 ou par chèque vacances. (8 euros par personne)

NOM Prénom N° carte ASCEE :63/.....

Service : Courriel :.....

J'inscris les personnes suivantes :(nom et prénom de l'adhérent et/ou ayants droits)

NOM	PRENOM