

FORMATION INITIATION



RANDONNÉE PEDESTRE

28 et 29 OCTOBRE 2017

Nouvion en Ponthieu (80)



FORMATION INITIATION RANDONNEE PEDESTRE

Pour tous dès 16 ans, ouvert aux non licenciés.
Gymnase de Nouvion et forêt de Crécy de 8 h à 18 h. En externat.
Brochure formation fournie à votre arrivée.

PROGRAMME

Cartographie – Orientation – Anatomie – Myologie – Etirements – Physiologie – Matériels du randonneur – Assurances.

Prévoir votre pique nique et de l'eau pour samedi et dimanche midi ainsi que des vêtements appropriés à la météo.

Apporter une carte IGN TOP 25, réf 2106 ET « Le Crotoy Fort-Mahon-Plage Baie de Somme. Forêt de Crécy », de quoi prendre des notes, une règle transparente, de la patafix, une loupe + vos lunettes de vue, une boussole (type Sylva), un sac à dos et des chaussures de marche, une plaquette de plexiglas transparent avec cadran aiguille aimantée le dimanche uniquement.

Tarifs : 16 à 18 ans : 40 € - Licenciés adultes FSCF 50.00 € – Non licenciés adultes : 65.00 €

Clôture des inscriptions le 13 octobre 2017

Pour plus d'informations : cisommeaisne@orange.fr
Ou Anne-Sophie Lavoine au 06 61 91 55 48



COMITÉ DÉPARTEMENTAL
SOMME AISNE

www.somme-aisne.fscf.asso.fr

