



RANDOSAULNOIS

Dimanche
30 Septembre 2018
Vic-sur-Seille



La Nordique Vicoise.

Accueil café: à partir de 08H00 place du Palais, salle des Carmes.

Tarif pour les activités: 3€

2 circuits: 1 Circuit de 10 Kms/1 circuit de 20 Kms.

Point de Ravitaillement: salle des Carmes.



Marche nordique: Echauffement collectif avant le départ.

- **Atelier initiation** place Mesny , de 09H00 à 10h00: entraîneurs diplômés FFA.
- **Départ libre** de 09H00 à 10h00.
- Circuit de 10 KMS.
- Circuit de 20 KMS.



Randonnée:

Départ libre 09H00 à 10H00 .

- Circuit de 10 KMS.
- Circuit de 20 KMS.
- 1 Point de ravitaillement à la salle des Carmes.



TRAIL des Noires Montagnes:
Départ libre de 09H00 à 10h00.
- Circuit de 10 KMS.
- Circuit de 20 KMS.

La journée se terminera à 15H00 par le partage d'une collation et une remise de récompenses.

Restauration grillades ,boissons possible sur place.

L'inscription aux activités vaut certificat de santé.

**Le Républicain
Lorrain**

FFRandonnée
les chemins, une richesse partagée
www.ffrandonnee.fr

Département
Moselle
Réussir ensemble !

 Vic-sur-Seille