



# MARCHE NORDIQUE

Cycle de 6 séances qui vous permettra de découvrir une activité, adaptée à tous, mettant en mouvement 90% des muscles et aidant à renforcer le maintien et l'équilibre.

## CONDAT-EN-COMBRAILLE

Point de rendez-vous pour 1ère séance: devant la Mairie

16h00-17h00

Participation  
gratuite

Mercredi 10 Septembre 2025

Mercredi 17 Septembre 2025

Mercredi 24 Septembre 2025

Mercredi 1er Octobre 2025

Mercredi 8 Octobre 2025

Mercredi 15 Octobre 2025

**Inscription obligatoire pour**  
**l'ensemble des séances**  
**auprès du CLIC au**  
**04 73 33 17 64**

Nombre de places limité  
Les personnes inscrites s'engagent à venir  
et à avertir le CLIC dans les meilleurs délais  
en cas d'annulation exceptionnelle.

Bâtons de marche fournis.

