

'Les Marcheurs de la Vallée de la Dordogne"

CALENDRIER

"Marches Sportives"

Octobre – Novembre – Décembre

2025



Marche **Sportive** entre 5 et 5.5 km/h de moyenne sans bâton.

Marche **Audax** 6 km/h de moyenne sans bâton.

Marche **Nord'Ax** entre 6 et 6.5 km/h de moyenne avec bâton de nordique.

Infos : Echauffements et étirements.

Rdv à 8h50

Départ : 9H précise ; arrivée entre 10h55 et 11h05 avec une pause.

MOIS	DATES	TYPE DE MARCHE	LIEUX DES RDV	Commentaires
OCTOBRE	Mardi 7	Marche Sportive	BARDOU (parking cimetière)	
	Samedi 18	Marche Audax	MAUZAC (parking Mairie)	
	Mardi 21	Marche Audax	MOLIERES (Place centrale)	
	Jeudi 23	Marche Nord'Ax	NAUSSANNES (parking gymnase)	(Expérimentation)
	Samedi 25	Marche Sportive	VERDON (parking Mairie)	
NOVEMBRE	Mardi 4	Marche Audax	BOURNIQUEL (parking Eglise)	
	Jeudi 13	Marche Nord'Ax	LALINDE (Camping "La Guillou")	(Expérimentation)
	Samedi 15	Marche Sportive	CADOUIN (parking entrée village)	
	Mardi 18	Marche Sportive	LA MOTHE (parking centre village)	
	Samedi 29	Marche Audax	PRESSIGNAC (parking salle des fêtes)	
DECEMBRE	Mardi 2	Marche Sportive	ST SAUVEUR DE BERGERAC (parking Resto-Le Relais)	
	Samedi 13	Marche Audax	ST AVIT SENIEUR (parking école)	
	Mardi 16	Marche Audax	SAUVEBOEUF (parking salles des fêtes).	
	Jeudi 18	Marche Nord'AX	BAYAC (parking cimetière)	(Expérimentation)
	Samedi 20	Marche Sportive	TREMOLAT (parking camping car)	
	Samedi 6 décembre	VMA * Nouvelle date *	COUZE ET SAINT FRONT (Parking la poste)	VMA :Test forme sur 6' Circuit plat (long du Canal) Minimum 8 personnes.
INFOS : Dimanche 05 Octobre Fête départementale de la Randonnée, organisée par les Marcheurs de la Vallée de la D. Mardi 14 Octobre AG des marcheurs de la Vallée de la Dordogne.				

Contact : René LOPEZ au 06 65 31 15 06

