

RCN VALLET saison 2020-2021				
	ATHLETISME			LOISIR SANTE
Jours	Cadet + (sprint, 1/2 fond)	BE MI	Eveils Athlé /Poussins	
Lundi	19h-20h30 <b>Maxime</b> à Vallet 19h-20h30 <b>Patrick</b> à Clisson			MN allure douce (Secteur St Julien de C) 14h15-15h45 <b>Nicolas</b>
Mardi				Marche Nordique Loisir 18h45-20h15 <b>Charline</b>
Mercredi	19h-20h30 <b>Antoine &amp; Patrick</b>	17h30-19h <b>Antoine &amp; Céline &amp; Patrick</b>	16h-17h30 <b>Céline &amp; Patrick</b>	Running 19h15-20h45 <b>Florence &amp; Adrien</b>
Jeudi				
Vendredi	19h-20h30 <b>Antoine &amp; Patrick</b>	17h30-19h <b>Antoine &amp; Céline &amp; Patrick</b>		Running 18h45-20h15 <b>Michel</b>
Samedi				Marche Nordique Loisir 9h30-11h <b>Nicolas</b>

*Les plannings sont susceptibles d'être modifiés en septembre Merci pour votre compréhension*

➔ Les marcheurs peuvent marcher tous les jours dans toutes les sections du RCN

➔ Horaires & lieux sur le site internet du RCN, [www.rcnantais.fr](http://www.rcnantais.fr) Rubrique Athlé Santé Loisir, Marche Nordique, Horaires

**VERSION DU 23-07-2020**