

SAMEDI 23 MARS 2024



AML NORDIC EN FETE

ASSOCIATION MARTEGALE DE LOISIRS

Grand Parc de Figuerolles Paul Lombard à Martigues

Accueil à partir de 8 h 30 - Départ à partir de 9 h 30

CONTACT : 07 69 39 32 95

*Découverte 6.5 km
Loisir 8.5 km
Initié 10.5 km*

Martigues



Conservatoire du
littoral



Inscriptions 10 euros
Ouverte aux licenciés et non
Licenciés



Foyers
BURAUX 13
mouvement d'animation rurale



aml.martigues@free.fr

<http://marche-nordique-martigues-aml.e-monsite.com>

Parcours

3 parcours balisés en boucle sur chemins forestiers

Site des Collines de Cadérou – Figuerolles »Espace naturel protégé du Conservatoire du littoral »

Parcours initié : 10.5 Km • Balisage rouge • Départ 9h30

Parcours loisir 8.5 Km • Balisage bleu • Départ 9h45

Parcours découverte : 6.5 Km • Balisage vert • Départ 10h

Extrait du règlement

« AML Nordic'en fête »

Accès:

Parking entrée 2 du Grand Parc de Figuerolles Paul Lombard à Martigues au dessus de Décathlon.

Deux autres parkings à disposition:

Entrée 1 du parc et parking de Décathlon (voir annexe sur le site)

Manifestation ouverte aux licenciés et non licenciés entrant dans le challenge MN 13 FFRandonnée non chronométrée, sans classement individuel

Horaires:

◆ 8 h30 • ouverture • retrait des dossards- café

◆ 9h15 • Réveil musculaire / échauffement en musique échelonné, 15 mn avant chaque départ.

Récompenses:

Classement des clubs:

- Le plus grand nombre de participants
- Nombre total de Km effectués
- Le club le plus éloigné géographiquement

Tombola gratuite -Tirage au sort des dossards– affichage à l'arrivée.

Inscriptions: Individuel ou club (fiche de groupe) 10€ par personne (12€ après le 20 mars)

Responsabilité civile :

Cette manifestation est couverte par l'assurance de la **Fédération Nationale du Sport en Milieu Rural**. Cet évènement n'étant pas une compétition, il est libre de l'exigence d'un certificat médical cependant nous conseillons vivement aux participants de consulter un médecin.



Bulletin d'inscription

AML Nordic'en fête

Samedi 23 mars 2024

Inscription individuelle

Nom / Prénom

Ville.....Code Postal.....

Tél.....Email.....

Club.....Fédération.....

Cocher le parcours choisi: **Découverte** 6.5km **loisir** 8.5km **Initié**: 10.5km

Inscription en groupe / club

Responsable Nom/Prénom:.....

Ville:.....

Tél:.....Email :.....

Club:.....Fédération:.....

Joindre la liste des participants du groupe/club (à télécharger sur le site de l'AML) + l'attestation d'effectif pour les clubs participants au Challenge MN13

Tarif : 10€ (12€ après le 20 mars)

Inscriptions et paiement

-Par courrier:

Envoyez ce bulletin d'inscription ainsi qu'un chèque bancaire à l'ordre de **l'Association Martégale de Loisirs** à l'adresse suivante :
AML - jean Luc Poudevigne , 35 rue Louison Bobet 13500 Martigues

- En ligne :

*Envoyez le bulletin d'inscription à : **aml.martigues@free.fr**

*Paiement sécurisé avec Helloasso (lien sur le site de l'AML)

Site de l'AML: <http://marche-nordique-martigues-aml.e-monsite.com/>

Renseignements

Site: <http://marche-nordique-martigues-aml.e-monsite.com/>

Email: aml.martigues@free.fr **Tel:** 0769393295

L'inscription à l' « AML Nordic'en fête » implique l'acceptation du règlement et le respect des zones traversées le long des parcours.

Epreuve non chronométrée,
sans classement individuel.

Manifestation ouverte aux
licenciés et non licenciés.

ouverte aux clubs toutes
Fédérations.

Entrant dans le Challenge MN 13 FFRandonnée

Pourquoi !
pas vous !

**Marche
Nordique**

AML - Martigues!



FFRandonnée
Fédération Française de Randonnée
Bouches-du-Rhône

Accueil café, viennoiseries,...

Apéritif sans alcool offert après la marche

Possibilité de pique niquer dans le parc.

Venez en famille, dans le parc à votre disposition,
un snack, parcours accrobranches, trampoline,
manège, promenade à poney...

AML Martigues



DECATHLON



le **PALACE**
multiplexe 3D Audio



SAINT MACLOU

ASSURÈMENT HUMAIN



SudTourisme
Voyages

