



Marche nordique

Agenda 2020

Encadrement assuré par la FFRandonnée 76

Jeudi 26 mars

**Marche nordique à Froberville,
visite commentée d'Yport**

De 9h30 à 15h30 à la salle des fêtes
8,5 km – moyen.

Inscription obligatoire Département 76 :
www.seinemaritime.fr



Jeudi 11 juin

**Marche nordique et visite
d'artiste à Duclair**

De 9h30 à 15h30 à la Mairie de Duclair
8 km – moyen

Inscription obligatoire Département 76 :
www.seinemaritime.fr



Dimanche 3 mai

Naturellement Jumièges

De 11h à 17h30 à la Base de Loisirs de
Mesnil-sous-Jumièges

14h15 séance découverte de la Marche nordique.
Renseignement www.seinemaritime.fr



Jeudi 25 juin

**Marche nordique et visite
guidée - LeTilleul**

De 9h30 à 15h30 parking des 3 Menhirs /
valleuse d'Antifer
8 km – moyen

Inscription obligatoire Département 76 :
www.seinemaritime.fr



Samedi 9 et dimanche 10 mai

Viking Nordic Walk & Trail à Elbeuf

Samedi à Elbeuf, de 10h à 18h : initiation à la
Marche nordique. Rencontres sport-santé, bien-
être. Animations et festivités gratuites.

Dimanche à Orival, à partir de 9h30 :

- Compétitions en marche nordique et trail
 - Rando sportives (8, 14 km) et familiale (5 km)
- Renseignement www.laviking.com

Dimanche 17 mai

**La Journée du Souffle au Centre
Hospitalier du Rouvray**

4 rue Paul-Eluard à Sotteville-lès-Rouen
10h30 et 14h15 initiation de la Marche Nordique
Animations et festivités gratuites

Inscription obligatoire MAPHR
06 70 04 21 26 – mido76@wanadoo.fr

Mercredi 27 mai

**Marche nordique à Saint-Etienne-du-
Rouvray, Val l'Abbé**

13h45 au 1, rue du Val L'abbé, Bus F3 ou ligne 27,
arrêt Goubert
9 km

Inscription obligatoire FFRandonnée 76 :
09 53 82 34 96 – seine-maritime@ffrandonnee.fr

Jeudi 17 septembre

**Marche nordique et visite
commentée à St-Aubin-sur-Mer**

De 9h30 à 15h30 parking de la Plage
9 km – facile

Inscription obligatoire Département 76 :
www.seinemaritime.fr



Vendredi 2 octobre

Marche nordique en Forêt Verte

13h45 au Parking du Grand Canton (2180, chemin
de la Bretèque) - Bois Guillaume
9 km

Inscription obligatoire FFRandonnée 76 :
09 53 82 34 96 – seine-maritime@ffrandonnee.fr

SORTIES GRATUITES
PRÊT DE BÂTONS POSSIBLE
Renseignements
marchenordique@rando76.fr



Associations de marche nordique

En Seine-Maritime

Pour une pratique régulière et encadrée, rejoignez nos clubs affiliés !

HOUPEVILLE

Amicale Laïque d'Houpeville

Francis VANDEVELDE : 02 35 59 11 74

francis.vandeveld@wanadoo.fr

Les mardi de 10h à 11h30 et samedi de 10h à 12h

LE HAVRE

RandOcéane - Le Havre

02 35 41 26 07

marchenordique@randoceane.fr

Tous les samedis matin

LILLEBONNE

Maison des Jeunes et de la Culture

Anne-Sophie GERARD : 02 35 38 04 16

mjc.lillebonne@wanadoo.fr

Le lundi de 9h à 11h

(hors vacances scolaires)

MALAUNAY

Rando Aventure Malaunay (RAM)

Alain FLAHAUT : 06 79 77 83 45

Gérald GOURMELIN : 06 18 06 33 14

les mercredis et samedis matin.

MAROMME

Des Pas et des Lettres

Serge BOULAND : 06 23 09 11 57

boulands@orange.fr

Le lundi à 13h30 et le mardi à 9h30

ROUEN

ARRP Rouen

Jean-Marie KROWICKI : 07 50 86 74 23

rgjmk@hotmail.com

Le samedi matin de 9h30 à 11h30

www.randonnees76-arrp.com

ROUEN

Rouen Seniors

Laurence SOARES : 02 35 07 06 88

2 lundi après-midi par mois de 14h30 à 16h30

PETIT-QUEVILLY

Association de Randonnée Pédestre de Petit-Quevilly (ARPPQ)

François VASSEUR : 06 84 99 16 31

vasseurrando@outlook.fr

Le samedi matin de 10h à 12h

SAINT-PIERRE-LES-ELBEUF

Asso Culture et Loisirs (ACL)

Didier COGNARD : 06 61 87 31 04

Françoise BERNAGE : 06 29 91 20 19

francoise.bernage@gmail.com

2^e et 4^e jeudi de chaque mois à 14h00.

Merci de contacter le club au préalable, afin qu'il vous communique le lieu de rendez-vous et qu'il prévoit les bâtons pour la séance d'initiation.