

UTILISATIONS DES COOKIES

[Fermer](#)



En poursuivant votre navigation sur ce site, vous acceptez l'utilisation de nos cookies afin de vous offrir une meilleure utilisation de ce site internet. Pour s'opposer à ce dépôt vous pouvez [cliquer ici](#).
[En savoir plus](#)



LEVALLOIS
1983
SPORTING CLUB

MARCHE NORDIQUE

24.11.2021



Deux mois et demi après le lancement de la marche nordique au sein de notre Club, nous voilà sous les feuillages d'automne ! Quel plaisir de marcher en forêt dans un tel décor !

Les différents groupes ont beaucoup progressé et peaufinent leur technique chaque semaine dans une ambiance conviviale. En plus de la technique de marche, des exercices variés nous permettent de nous renforcer : travail cardio-respiratoire, renforcement musculaire, jeux d'adresse et de rapidité...

[Vous souhaitez rejoindre l'un de nos groupes pour pratiquer le jeudi ou le samedi matin ?](#)

Quelques places sont encore à prendre !

[Toutes les informations.](#)

[Vous êtes plutôt rando ?](#)

Un mardi sur deux, nous découvrons de nouveaux sentiers d'Ile-de-France sur des parcours de 12 à 15 kilomètres.

Toutes les informations.



[<- retour vers Actualités](#)