



Fougères Marche Nordique

Programme de la saison 2026-2027

Sorties hebdomadaires régulières

- Les matins : mardi (Jean-Pierre), jeudi (Didier), samedi (Jean-Pierre), 9h à 12h sauf mention contraire
- Les après-midis : lundi (Maryse) et jeudi (Martine), 13h30 à 16h30 sauf mention contraire

Annulation :

- Si alerte orange vent ou autre météo problématique, terrains impraticables,
- Si insuffisance de participants ou absence d'encadrants.

Sorties ponctuelles

- Dimanche (Amand) de 9h30 à 11h30, sortie tranquille ou perfectionnement

Sorties longues préparatoires aux Défis Raoul 2 des 22 et 23 mai 2027

Un samedi sur trois du 7 novembre 2026 au 24 avril 2027.

Des distances sont croissantes de 15/20 km à 50/55 km.

Ouvertes aux non-adhérents (participation de 5 € pour les ravitaillements).

Début de saison, initiations pour les débutants

La saison commence après le Forum des Associations du samedi 12 septembre.

Séances de découverte semaine du 14 septembre puis semaine du 21 septembre.

- sans engagement et avec prêt gratuit de bâtons.
- spécialement consacrées à l'initiation des nouveaux pratiquants.
- inscriptions lors du Forum ou via l'application **sportsregions**.

Semaines nordiques

6 jours consécutifs, à raison de 20 à 25 km par jour, semaine du 22 au 27 mars puis semaine du 14 au 19 juin.

Adhésion à Fougères Marche Nordique

La cotisation annuelle est de 70 €. Elle donne accès :

- à un nombre illimité de sorties hebdomadaires,
- aux séances d'initiation et de perfectionnement organisées par le club,
- aux sorties longues, ravitaillements compris,
- à un bon de réduction de 25 € sur l'achat de textiles aux couleurs du club

Un prix fortement réduit est accordé pour l'achat initial du maillot du club (port obligatoire pour participer aux événements sportifs et de randonnée).

Les inscriptions sont ouvertes à partir du 1^{er} juillet en se connectant à son compte en ligne.

Pour les nouveaux adhérents, commencer par créer son compte.

Le règlement peut se faire en ligne au moment de l'inscription (Carte bancaire ou virement) ou en différé auprès de la trésorière du club (chèque, espèces, chèque vacances, coupons sports)



Pour nous rejoindre sur SPORTSREGIONS

- Installer puis ouvrir l'application «sportsregions». ([Depuis Play Store](#)) ou QR code --->
- Autoriser la localisation ; sélectionner le club « Fougères Marche Nordique »
- Cliquer sur « suivre le club » puis s'inscrire en remplissant le formulaire

SPORTSREGIONS au quotidien

- Chaque sortie est publiée l'avant-veille et dé-publiée le lendemain.
- L'indication du lieu de départ et du nom de l'encadrant confirme la sortie.
- Les adhérents confirment leur présence en cochant « présent » (ne rien cocher en cas d'absence)
- En cas d'annulation, la sortie reste publiée avec la mention « annulée ».



Calendrier 2026 - 2027

Fougères Marche Nordique

septembre 2026							
	Lu	Ma	Me	Je	Ve	Sa	Di
36		1	2	3	4	5	6
37	7	8	9	10	11	12	13
38	14	15	16	17	18	19	20
39	21	22	23	24	25	26	27
40	28	29	30				
0							

octobre 2026							
	Lu	Ma	Me	Je	Ve	Sa	Di
40				1	2	3	4
41	5	6	7	8	9	10	11
42	12	13	14	15	16	17	18
43	19	20	21	22	23	24	25
44	26	27	28	29	30	31	
0							

novembre 2026							
	Lu	Ma	Me	Je	Ve	Sa	Di
44							1
45	2	3	4	5	6	7	8
46	9	10	11	12	13	14	15
47	16	17	18	19	20	21	22
48	23	24	25	26	27	28	29
49	30						

décembre 2026							
	Lu	Ma	Me	Je	Ve	Sa	Di
49		1	2	3	4	5	6
50	7	8	9	10	11	12	13
51	14	15	16	17	18	19	20
52	21	22	23	24	25	26	27
53	28	29	30	31			
0							

janvier 2027							
	Lu	Ma	Me	Je	Ve	Sa	Di
53					1	2	3
1	4	5	6	7	8	9	10
2	11	12	13	14	15	16	17
3	18	19	20	21	22	23	24
4	25	26	27	28	29	30	31
0							

février 2027							
	Lu	Ma	Me	Je	Ve	Sa	Di
5	1	2	3	4	5	6	7
6	8	9	10	11	12	13	14
7	15	16	17	18	19	20	21
8	22	23	24	25	26	27	28
0							
0							

mars 2027							
	Lu	Ma	Me	Je	Ve	Sa	Di
9	1	2	3	4	5	6	7
10	8	9	10	11	12	13	14
11	15	16	17	18	19	20	21
12	22	23	24	25	26	27	28
13	29	30	31				
0							

avril 2027							
	Lu	Ma	Me	Je	Ve	Sa	Di
13				1	2	3	4
14	5	6	7	8	9	10	11
15	12	13	14	15	16	17	18
16	19	20	21	22	23	24	25
17	26	27	28	29	30		
0							

mai 2027							
	Lu	Ma	Me	Je	Ve	Sa	Di
17						1	2
18	3	4	5	6	7	8	9
19	10	11	12	13	14	15	16
20	17	18	19	20	21	22	23
21	24	25	26	27	28	29	30
22	31						

juin 2027							
	Lu	Ma	Me	Je	Ve	Sa	Di
22		1	2	3	4	5	6
23	7	8	9	10	11	12	13
24	14	15	16	17	18	19	20
25	21	22	23	24	25	26	27
26	28	29	30				
0							

juillet 2027							
	Lu	Ma	Me	Je	Ve	Sa	Di
26				1	2	3	4
27	5	6	7	8	9	10	11
28	12	13	14	15	16	17	18
29	19	20	21	22	23	24	25
30	26	27	28	29	30	31	
0							

août 2027							
	Lu	Ma	Me	Je	Ve	Sa	Di
30							1
31	2	3	4	5	6	7	8
32	9	10	11	12	13	14	15
33	16	17	18	19	20	21	22
34	23	24	25	26	27	28	29
35	30	31					

	Férié
	Préparations et Défis Raoul 2
	Assemblée Générale 2027

	Vacances scolaires zone B
	Semaine nordique
	Forum des associations

	Sortie matin
	Sortie après-midi
	Sortie matin et après-midi

www.calendrier-imprimer.fr