

# FORMATION INITIATION



## **RANDONNÉE PEDESTRE**

28 et 29 OCTOBRE 2017

Nouvion en Ponthieu (80)



## FORMATION INITIATION RANDONNEE PEDESTRE

Pour tous dès 16 ans, ouvert aux non licenciés.  
Gymnase de Nouvion et forêt de Crécy de 8 h à 18 h. En externat.  
Brochure formation fournie à votre arrivée.

### PROGRAMME

Cartographie – Orientation – Anatomie – Myologie – Etirements – Physiologie – Matériels du randonneur – Assurances.

Prévoir votre pique nique et de l'eau pour samedi et dimanche midi ainsi que des vêtements appropriés à la météo.

Apporter une carte IGN TOP 25, réf 2106 ET « Le Crotoy Fort-Mahon-Plage Baie de Somme. Forêt de Crécy », de quoi prendre des notes, une règle transparente, de la patafix, une loupe + vos lunettes de vue, une boussole (type Sylva), un sac à dos et des chaussures de marche, une plaquette de plexiglas transparent avec cadran aiguille aimantée le dimanche uniquement.

Tarifs : 16 à 18 ans : 40 € - Licenciés adultes FSCF 50.00 € – Non licenciés adultes : 65.00 €

Clôture des inscriptions le 13 octobre 2017

Pour plus d'informations : [cisommeaisne@orange.fr](mailto:cisommeaisne@orange.fr)  
Ou Anne-Sophie Lavoine au 06 61 91 55 48



COMITÉ DÉPARTEMENTAL  
SOMME AISNE

[www.somme-aisne.fscf.asso.fr](http://www.somme-aisne.fscf.asso.fr)

