



Paris, le 20 Août 2025

CONSIGNES POUR LA RENTREE 2025 2026

A LIRE ET A RESPECTER IMPERATIVEMENT

1 LA MARCHE NORDIQUE

La marche nordique est une marche sportive, rapide, en moyenne 5kms/heure, elle requiert une forme physique adaptée à 2 heures de marche.

En conséquence l'adhésion à l'activité marche nordique est soumise à conditions :

Une séance d'essai encadrée par les animateurs est obligatoire, à l'issu de l'essai, soit tout est OK soit l'intégration aux groupes des lundis, mardis, mercredis et jeudis n'est pas possible. Dans ce cas il sera proposé de pratiquer l'activité le vendredi de 10h à 11h30 à un rythme moins soutenu et un temps un peu plus court.

La finalité de cette consigne est que chacun et chacune trouve sa place au sein d'un groupe où il ou elle se sente à l'aise et en bonne compagnie.

2 LES REMBOURSEMENTS

En dehors du cas de l'annulation d'un cours de notre fait et sans proposition de relogement.

Ils se font pour raison médicale et uniquement sur présentation d'un certificat médical.

Pour le Comité Directeur
Christiane Baquier
Présidente du club RSPO Retraite Sportive de Paris Ouest
Téléphone 06 62 78 02 15

RSPO - Retraite Sportive de Paris Ouest
MVAC du 16^{ème} Boîte n°24
14, Avenue René Boylesve 75016 Paris