

1 : Possibilité de covoiturage au départ du club, mail envoyé 72/48h00 avant sortie.

Joindre mes coaches : Martine - 06 76 07 15 64, Bernard - 06 21 75 41 74 et Pascal 06 80 83 10 56

Dates	Circuit	Horaire	Lieu de départ	Distance
Mercredi 01/05	1er Mai		Pas d'entraînement	
Jeudi 02/05	Lac du Héron	14h00/15h45	Parking Salle Canteleu (rue Carpeaux)	7/8Km
Samedi 04/05	Lac du Héron ➤ réunion Ultra Marin de 11h30 à 12h30	9h30/11h30	Départ du Club - Avenue du Lt Colpin	10Km
Lundi 06/05	Autour des lacs	18h30 /20h	Parking Salle Canteleu (rue Carpeaux)	7/8Km
Mardi 07/05	Autour de sainghin en mélantois	9h30/11h30	Rue du Stade à Sainghin en Mélantois	10Km
Mercredi 08/05	Victoire 1945		Pas d'entraînement	
Jeudi 09/05	Autour de sainghin en mélantois Ø sortie culturelle proposée par Florence	14h00/15h45	Rue du Stade à Sainghin en Mélantois	7/8Km
Samedi 11/05 ou	Les Voyettes du Val de Marque	9h30/11h30	Gruson Parking, face à la salle Municipale	10/11Km
 Samedi 11/05_1	Vallée de l'YZER	Départ à 8h15	 Information par mail 	25 Km
Lundi 13/05	Autour des lacs	18h30 /20h	Parking Salle Canteleu (rue Carpeaux)	7/8Km
Mardi 14/05	Lac du Héron	9h30/11h30	Parking avenue de Courtrai	10Km
Mercredi 16/05	Autour des lacs	18h30 /20h	Parking Salle Canteleu (rue Carpeaux)	7/8Km
Jeudi 17/05	Lac du Héron	14h00/15h45	Parking Salle Canteleu (rue Carpeaux)	7/8Km
Samedi 18/05_1	La Mare à Goriaux (restaurant proposé à l'issue de la marche)	9h00/14h00	Aremberg, Drève des Boules d'Hérin (informations complémentaires par mail)	13 / 14 Km
Lundi 20/05	Autour des lacs	18h30 /20h	Parking Salle Canteleu (rue Carpeaux)	7/8Km
Mardi 21/05	Circuit du Fourneau	9h30/11h30	Parking rue Foch Fretin (59273)	10/11Km
Mercredi 22/05	Autour des lacs	18h30 /20h	Parking Salle Canteleu (rue Carpeaux)	7/8Km
Jeudi 23/05	Circuit des Six Bonniers	14h00/15h45	Base de Willems, parking haut	7/8Km
Samedi 25/05	Circuit des Six Bonniers	9h30/11h30	Base de Willems, parking haut	10Km
Lundi 27/05	Autour des lacs	18h30 /20h	Parking Salle Canteleu (rue Carpeaux)	7/8Km
Mardi 28/05	Lac du Héron	9h30/11h30	Parking avenue de Courtrai	10Km
Mercredi 29/05	Autour des lacs	18h30 /20h	Parking Salle Canteleu (rue Carpeaux)	7/8Km
Jeudi 30/05	Ascension		Pas d'entraînement	
Samedi 01/06	Lac du Héron	9h30/11h30	Parking Salle Canteleu (rue Carpeaux)	10Km
Lundi 03/06	Autour des lacs	18h30 /20h	Parking Salle Canteleu (rue Carpeaux)	7/8Km
Mardi 02/06	Autour de Bouvines	9h30/11h30	Parking Mairie de Bouvines (59, chaussée Brunehaut 59830 Bouvines)	10 Km
Mercredi 03/06	Autour des lacs	18h30 /20h	Parking Salle Canteleu (rue Carpeaux)	7/8Km
Jeudi 04/06	Les Marais de Fretin	14h00/15h45	A noter :Parking route de Templeuve	7/8Km
Samedi 08/06	Lac du Héron	9h30/11h30	Parking Salle Canteleu (rue Carpeaux)	10Km
Lundi 10/06	Pentecôte		Pas d'entraînement	
Mardi 11/06	Lac du Héron	9h30/11h30	Parking avenue de Courtrai	10Km
Mercredi 12/06	Autour des lacs	18h30 /20h	Parking Salle Canteleu (rue Carpeaux)	7/8Km
Jeudi 13/06	Autour de sainghin en mélantois	14h00/15h45	Rue du Stade à Sainghin en Mélantois	7/8Km
Samedi 15/06 ou	Autour de sainghin en mélantois	9h30/11h30	Parking Salle Canteleu (rue Carpeaux)	10Km
Samedi 15/06_1	Sur les traces de Winston Churchill (restaurant proposé à l'issue de la marche)	8h30/14h00	 Ploegsteert (informations complémentaires par mail) 	14,5 Km
Lundi 17/06	Autour des lacs	18h30 /20h	Parking Salle Canteleu (rue Carpeaux)	7/8Km
Mardi 18/06	Le long du Canal de L'Espierre	9h30/11h30	 Parking de la Maison du Canal 6,rue du Canal Leers Nord	10Km
Mercredi 19/06	Autour des lacs	18h30 /20h	Parking Salle Canteleu (rue Carpeaux)	7/8Km
Jeudi 20/06	Lac du Héron	14h00/15h45	Parking Salle Canteleu (rue Carpeaux)	7/8Km
Samedi 22/06	Autour des Lacs + Challenge du 1er Marcheure	9h00/11h00 11h00/12h30	Parking avenue du Lt Colpin Challenge du 1er Marcheure 2018/2019 - pot au club	10Km
Lundi 24/06	Autour des lacs	18h30 /20h	Parking Salle Canteleu (rue Carpeaux)	7/8Km
Mardi 25/06	Lac du Héron	9h30/11h30	Parking avenue de Courtrai	10Km
Mercredi 26/06	Autour des lacs	18h30 /20h	Parking Salle Canteleu (rue Carpeaux)	7/8Km
Jeudi 27/06	Le long de la Marque	14h00/15h45	Parking du Cimetière de Forest /Marque (rue Principale)	7/8Km
Samedi 29/06 ou	Lac du Héron	9h30/11h30	Parking Salle Canteleu (rue Carpeaux)	10Km
 Samedi 29/06 et Dimanche 30/06	Ultra Marin du Morbihan Vannes 	Départ à 8h00 Retour 23h00	Information par mail 	25 Km