

## Programme MARCHE NORDIQUE - Quatrième trimestre 2025

| Jour               | Circuit           | Départ      | Distance | Niveau* | Transport      | Animateur(s)  | Remarques            |
|--------------------|-------------------|-------------|----------|---------|----------------|---------------|----------------------|
| Jeudi 02 octobre   | L'Isle Adam Ouest | 9h00 Mairie | 7 km     | 1       | Covoiturage 3€ | Equipe ACAL 2 | Initiation débutants |
| Samedi 04 octobre  | L'Isle Adam Ouest | 9h00 Mairie | 10 km    | 1       | Covoiturage 3€ | Equipe ACAL 1 | Initiation débutants |
| Samedi 11 octobre  | L'Isle Adam Ouest | 9h00 Mairie | 10 km    | 1       | Covoiturage 3€ | Equipe ACAL 1 | Initiation débutants |
| Jeudi 16 octobre   | L'Isle Adam Ouest | 9h00 Mairie | 7 km     | 1       | Covoiturage 3€ | Equipe ACAL 2 | Initiation débutants |
| Samedi 18 octobre  | L'Isle Adam Ouest | 9h00 Mairie | 10 km    | 1       | Covoiturage 3€ | Equipe ACAL 1 | Initiation débutants |
| Samedi 25 octobre  | L'Isle Adam Ouest | 9h00 Mairie | 10 km    | 1       | Covoiturage 3€ | Equipe ACAL 1 | Initiation débutants |
| Jeudi 30 octobre   | L'Isle Adam Ouest | 9h00 Mairie | 7 km     | 1       | Covoiturage 3€ | Equipe ACAL 2 | Initiation débutants |
| Samedi 01 novembre | Montmorency Ouest | 9h00 Mairie | 10 km    | 2       | Covoiturage 2€ | Equipe ACAL 1 |                      |
| Jeudi 06 novembre  | Luzarches         | 9h00 Mairie | 7 km     | 2       | Covoiturage 3€ | Equipe ACAL 2 |                      |
| Samedi 08 novembre | Luzarches         | 9h00 Mairie | 11 km    | 2       | Covoiturage 3€ | Equipe ACAL 1 |                      |
| Samedi 15 novembre | L'Isle Adam Est   | 9h00 Mairie | 10 km    | 2       | Covoiturage 3€ | Equipe ACAL 1 |                      |
| Jeudi 20 novembre  | L'Isle Adam Ouest | 9h00 Mairie | 7 km     | 2       | Covoiturage 3€ | Equipe ACAL 2 |                      |
| Samedi 22 novembre | Montmorency Est   | 9h00 Mairie | 10 km    | 2       | Covoiturage 2€ | Equipe ACAL 1 |                      |
| Samedi 29 novembre | L'Isle Adam Ouest | 9h00 Mairie | 10 km    | 1       | Covoiturage 3€ | Equipe ACAL 1 |                      |
| Jeudi 04 décembre  | Etangs de Comelle | 9h00 Mairie | 7 km     | 1       | Covoiturage 3€ | Equipe ACAL 2 |                      |
| Samedi 06 décembre | Montmorency Ouest | 9h00 Mairie | 10 km    | 2       | Covoiturage 2€ | Equipe ACAL 1 |                      |
| Samedi 13 décembre | Luzarches         | 9h00 Mairie | 11 km    | 2       | Covoiturage 3€ | Equipe ACAL 1 |                      |
| Jeudi 18 décembre  | L'Isle Adam Ouest | 9h00 Mairie | 7 km     | 2       | Covoiturage 3€ | Equipe ACAL 2 |                      |
| Samedi 20 décembre | L'Isle Adam Est   | 9h00 Mairie | 10 km    | 2       | Covoiturage 3€ | Equipe ACAL 1 |                      |



### Niveau\*

1 = Facile  
2 = Moyen  
3 = Difficile

### Equipe ACAL 1 Tél \*\*

Bruno 06 65 34 05 38  
Cyril 06 61 87 21 98  
Fatna 06 28 07 26 08

### Equipe ACAL 2 Tél \*\*

Naïma 06 70 01 10 15  
Michel 06 85 80 00 34



### Vacances scolaires Zone C

Site internet : <https://acal-deuillabarre.fr/>  
Courriel : [rando@acal-deuillabarre.fr](mailto:rando@acal-deuillabarre.fr)