

## Contact

**Samy Wolff**

**06 85 61 23 81**

**01 34 89 93 22**

**[cdsmr78@gmail.com](mailto:cdsmr78@gmail.com)**

**[www.cdsmr78.fr](http://www.cdsmr78.fr)**

**Suivez-nous sur  
Facebook**



# Stage de perfectionnement Marche Nordique

**13 avril 2019  
Morainvilliers (78)**

**Organisé par le  
Comité Départemental du Sport en  
Milieu Rural des Yvelines**



**Yvelines**  
Le Département



**CNDS**  
CENTRE NATIONAL  
DE DÉVELOPPEMENT  
DU SPORT



## OBJECTIFS DU STAGE

- .Améliorer sa technique personnelle
- .Adapter sa technique de marche en fonction du terrain

## FORMATRICE

Arja Jalkanen-Meyer



## FRAIS DE FORMATION

- 50 euros (adhérents FNSMR)
- 75 euros (non-adhérents)
- 125€ (professionnels)

## PUBLIC CONCERNE

Marcheurs Nordique  
Educateurs sportifs  
Dirigeants d'associations  
Bénévoles

## PRE-REQUIS

Avoir une pratique de la Marche Nordique

## DOCUMENTS A FOURNIR

- Fiche d'inscription complétée
  - Le règlement à l'ordre du CDSMRY
  - Certificat médical de non-contre indication
- à la pratique de la Marche Nordique ou une licence sportive ou licence sportive

## DATES / LIEU / HORAIRES

13 avril 2019

Maison des associations  
1 Rue de la vallée Maria, 78630  
Morainvilliers  
Parking de la mairie

9h-12h30/13h30-19h

Petits déjeuners et goûters fournis  
Micro-ondes et réfrigérateur à disposition

Hébergements à proximité  
(maisons d'hôtes, hôtel)

Nombres de places limitées

## BULLETIN D'INSCRIPTION

A envoyer à CDSMRY Place du 8 mai, 78760  
Jouars-Pontchartrain

Nom :

Prénom :

Adresse :

Portable :

Mail :

Foyer Rural /Asso :

N° carte adhérent FNSMR :

Fait à

Le

Date et signature du stagiaire :