

MARCHE NORDIQUE SPORT SANTE - INSCRIPTION 2026-2027



Découvrez la Marche Nordique Sport Santé !

Activité physique extérieure recommandée par les médecins et les kinésithérapeutes.

Bienfaits Renforce la fonction respiratoire et cardiaque, soulage le dos, fait travailler 80 % des muscles du corps en synergie, améliore l'aspect cognitif et cérébral....

Professionnel 3 animateurs diplômés, dont un **réfèrent spécifique MNSS**

Qualité Sport Santé depuis 2013, l'association **Bourgogne Action Sport Environnement** gère l'activité sur tout le Val Lamartinien en Bourgogne Sud.

Planning hebdo 6 séances chaque semaine, tous les créneaux sur fiche inscription

Adhésion annuelle BASE 29 €

Tarif voir fiche inscription

Avec la licence **FF Sport Vitalité**
et le **PACK SPORT SANTE**



Infos www.base-bourgogne.com scanne le QR code

Contact +33 6 62 78 45 81 (WhatsApp) jerome.guy71@orange.fr



Marche Nordique Sport Santé - Inscription 2026-2027

NOM :

PRENOM :

DATE NAISSANCE:

ADRESSE :

TEL :

Email :

Pratiquant régulier ☐

Nouveau pratiquant ☐

Cochez votre séance **Mardi 14h** ☐ **Jeudi 9h** ☐ **Jeudi 18h** ☐

Samedi 8h30 ☐ **Groupe 1** **8h30** ☐ **Groupe 2** **10h30** ☐ **Groupe Adapt Santé**

Adhésion BASE 29€ Forfait annuel **150€** (30 séances minimum)

Paiement au choix ☐ virement ☐ chèque (à l'ordre de **BASE**)

Adhésion PACK SPORT SANTE Vos 3 séances/semaine, descriptif sur www.base-bourgogne.com

Parrainage Nom de la personne parrainée **(Réduction offerte au parrain)**

Préserveons l'environnement - Merci d'envoyer votre inscription par email