

Dites 33 docteur, c'est le nombre de participants à la marche nordique du 26 septembre 2016



Tout commence par un échauffement des langues après les congratulations de rigueur



Puis arrive la séance
d'échauffements musculaires sous la
houlette de Michel avant le départ



Sur les photos, cela ne
paraît pas, mais la pente
est bien présente, même si
les sourires sur les visages
ne reflètent pas les efforts
fournis





Après l'effort un petit moment de détente avant



Les étirements sous l'œil attentif de Dominique et admirez la souplesse de notre ami Alain.