

Eté

Randonnée Marche nordique



Venez essayez cette marche dynamique qui mobilise l'ensemble du corps, dans un terrain de jeu privilégié. Une marche qui fait de plus en plus d'adeptes! Bienfaits du corps et de l'esprit garantis...

Le programme de ces randonnées est disponible au bureau des guides de Samoëns.



Infos pratiques

Collectif Moyenne Montagne :

- 1/2 journée : (2h30)

- Séance type :
 - échauffement : 15'
 - pratique ludique et/ou sportive: 1h30' à 2h00
 - étirement : 15'

Le prix comprend :

- encadrement par un accompagnateur en montagne, spécialiste marche nordique.
- Les bâtons spécifiques « marche nordique »

Pour plus d'informations ou toute réservation,
n'hésitez pas à nous contacter : + 33(0)450 344312 ou par info@guidesmontagnes.com