



PROGRAMME SORTIES

Sept. à Déc. 2023

Date	Lieu	Durée	Km	D +	Difficulté	Animateur
Dimanche 01 oct	St Quentin	Marche d' Automne	6 11 16			Club
Dimanche 08 oct	La Croix de Colombier	Journée	15	470 m	Moyenne	Pierre
Dimanche 5 nov	Le Mont de Corsuet Croix de Meyrieux	Journée	11	450 m	Moyenne	Pierre
Dimanche 3 déc	La Forêt de Sylve Bénite	journée	11 km	450 m	Moyenne	Pierre

Courriel : osqfl@laposte.net

Site internet : foulelibre38.fr