



6^{ème} marche nordique embrunaise



PARCOURS JAUNE : (INITIATION) permet d'appréhender les techniques de la MN sur un parcours avec peu de dénivelé qui privilégie l'apprentissage et la marche à un rythme peu soutenu.

Distance : environ 6 km

Dénivelé positif : environ 10 m

Temps : environ 2h

PARCOURS VERT : (INITIATION) permet d'appréhender les techniques de la MN sur un parcours avec peu de dénivelé qui privilégie l'apprentissage et la marche à un rythme peu soutenu.

Distance : environ 8 km

Dénivelé positif : environ 100 m

TEMPS : ENVIRON 2H30

PARCOURS BLEU: (OPEN) alliant technique et sportivité, pour marcheurs déjà aguerris et de bonne condition physique

Distance : environ 12,4 km

Dénivelé positif : environ 500 m

TEMPS : ENVIRON 3H

PARCOURS ROUGE : (SPORTIF) assez soutenu pour marcheurs expérimentés et en bonne condition physique ayant l'habitude de la marche sportive avec dénivelé

Distance : environ 13,8 km

Dénivelé positif : environ 650 m

TEMPS : ENVIRON 3H30

Localisation générale. POUR VOIR CLIQUEZ SUR LE LIEN



[Parcours jaune](#)



[Parcours vert](#)



[Parcours bleu](#)



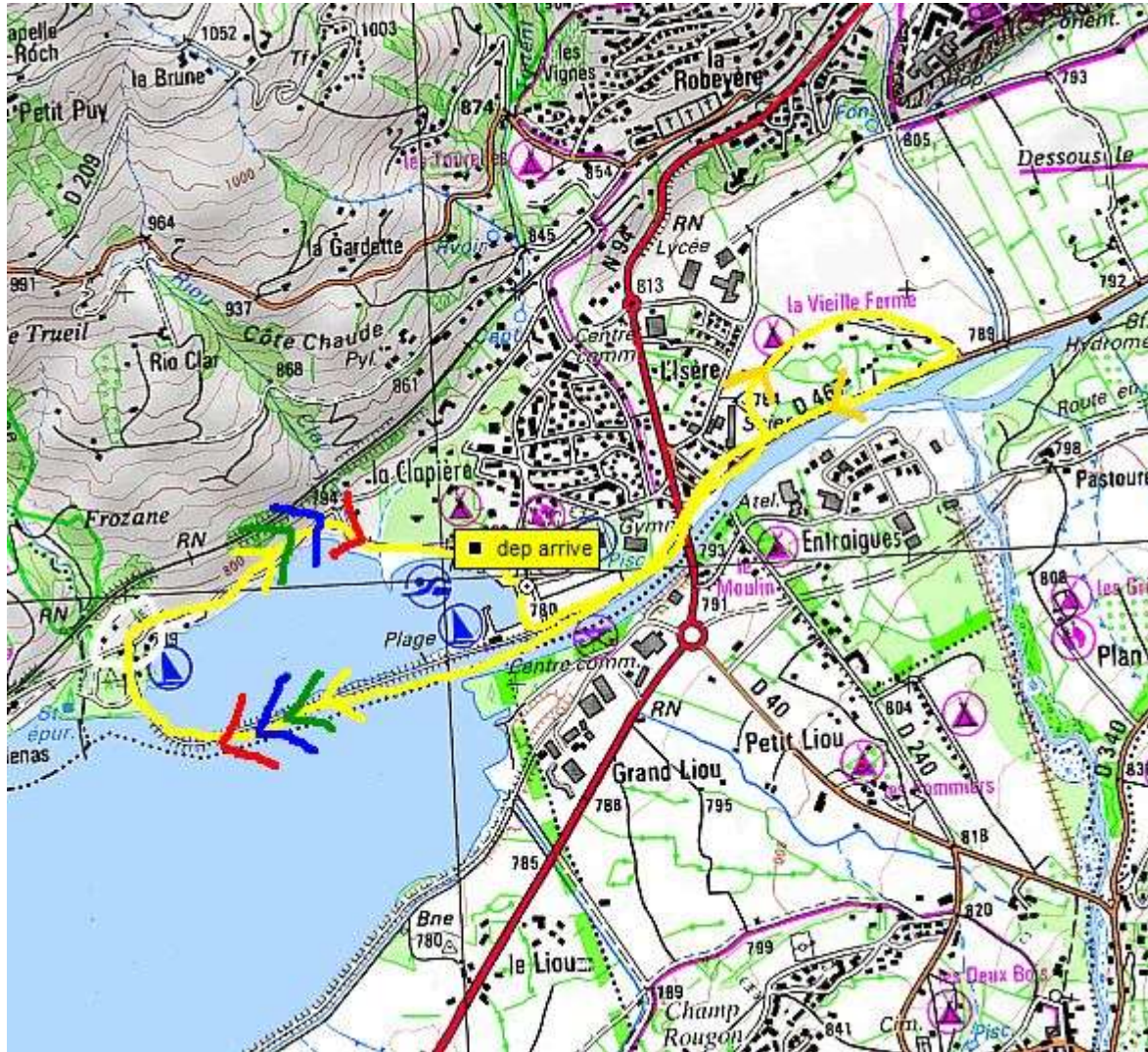
[Parcours rouge](#)

Ensemble des parcours. . POUR VOIR LES QUATRE PARCOURS EN DÉTAIL CLIQUEZ

[VUE D'ENSEMBLE DES PARCOURS](#)



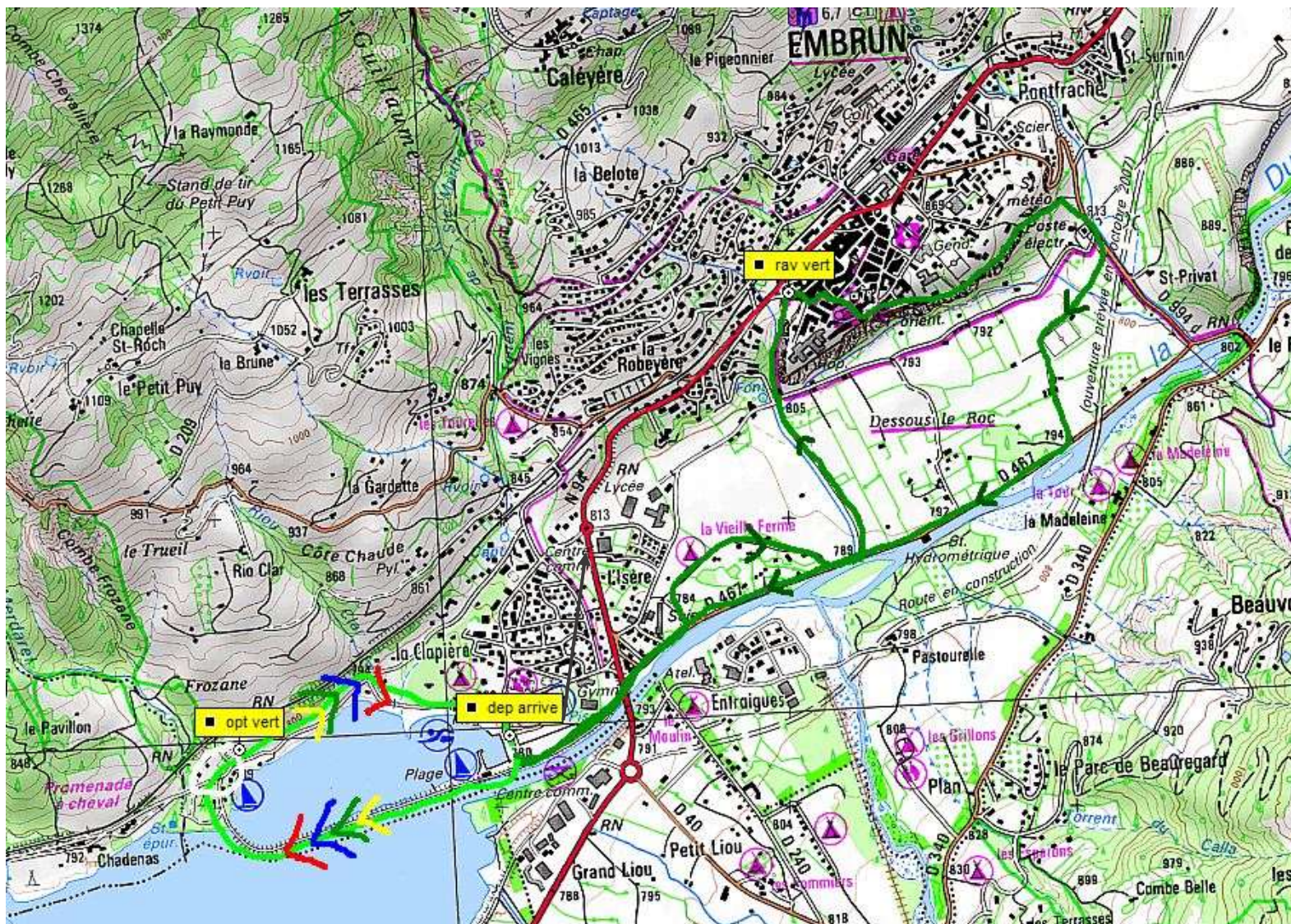
PARCOURS JAUNE 6 km dont 10 m de d+



Départ du Plan d'eau - suivre les flèches jaunes

[Retour à la 1^{ère} page](#)

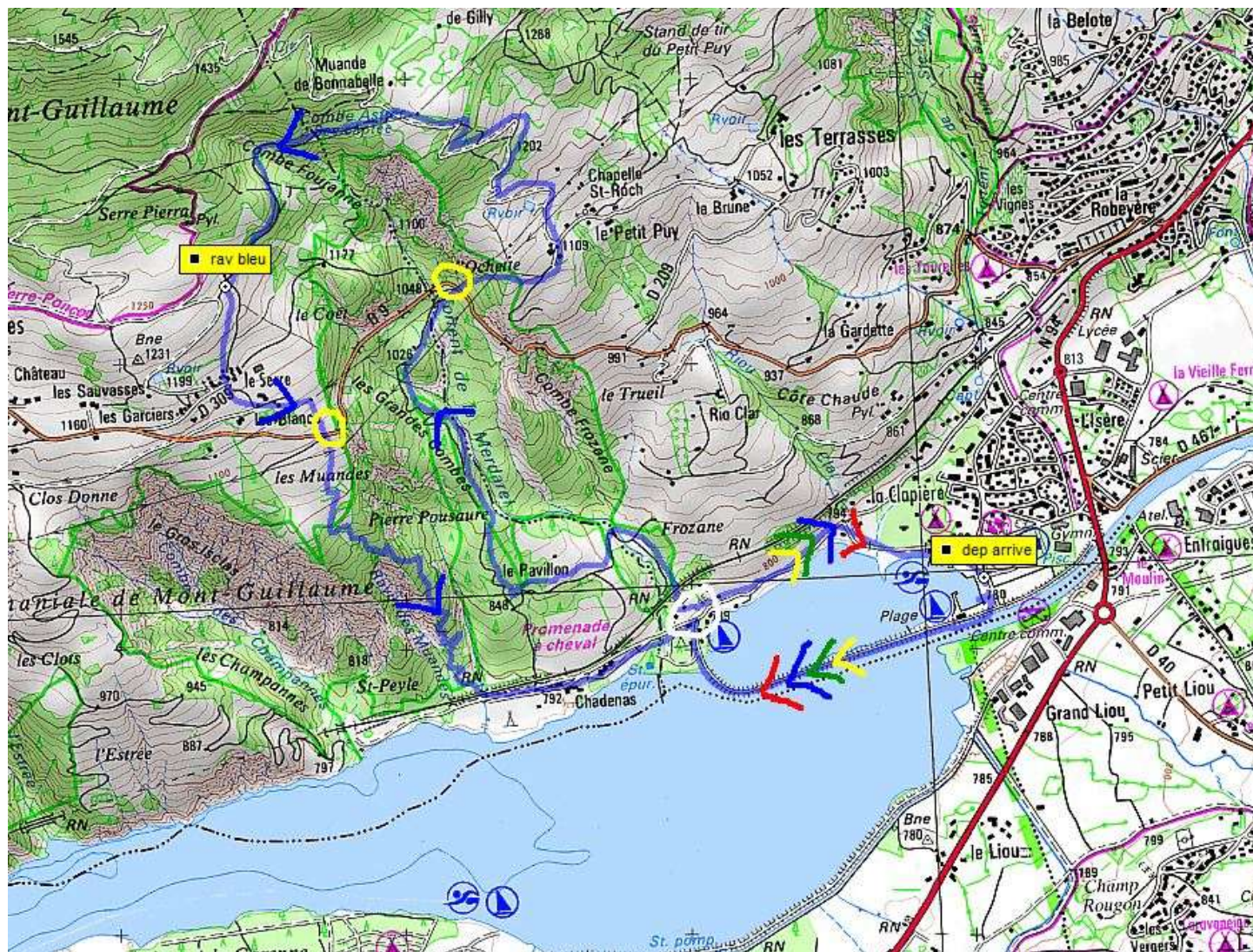
PARCOURS VERT 8 km dont 100 m de d+



Départ du Plan d'eau - suivre les flèches vertes

[Retour à la 1^{ère} page](#)

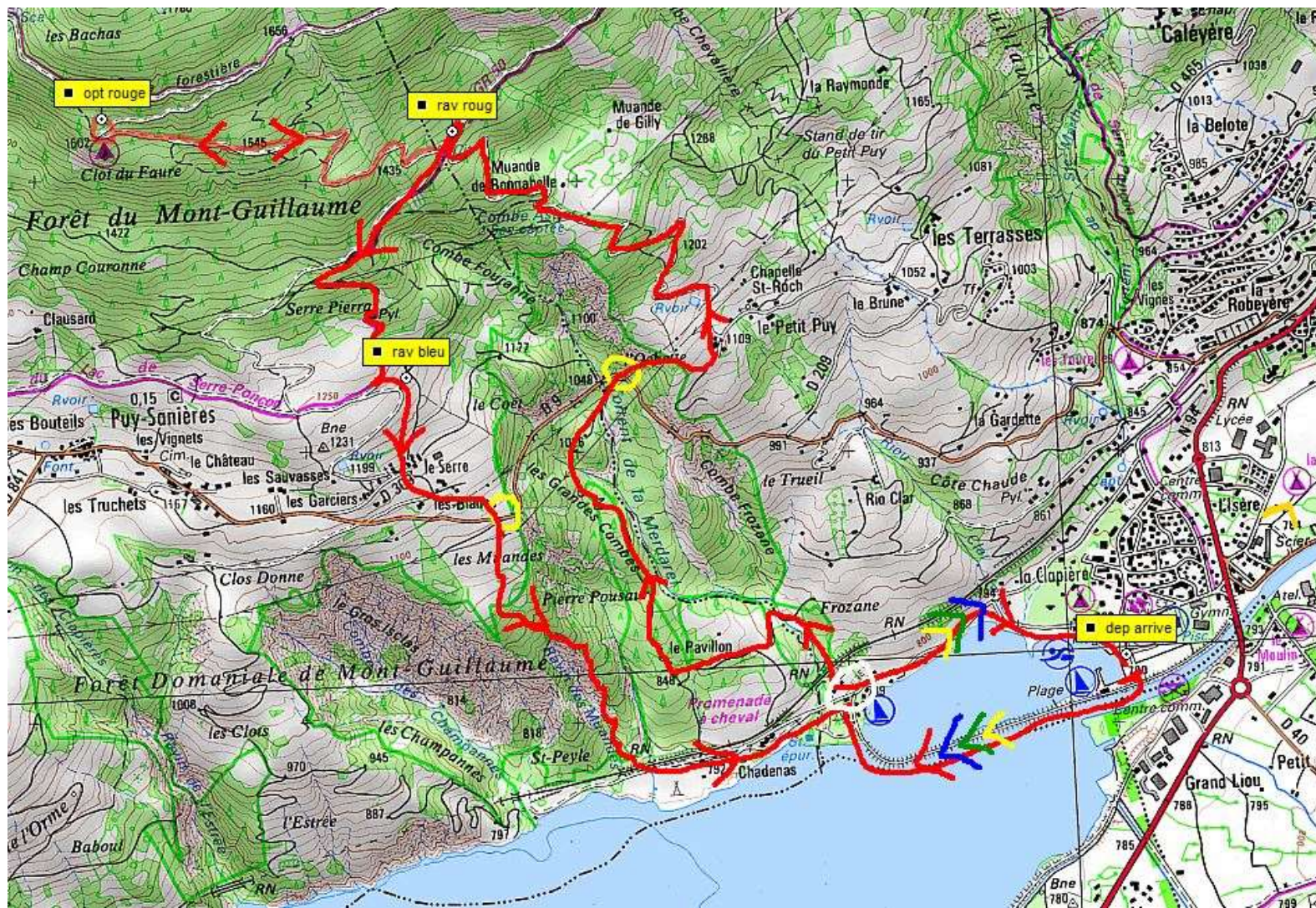
PARCOURS BLEU 12,4 km dont 500 m d+.



Départ du Plan d'eau - suivre les flèches bleues

[Retour à la 1^{ère} page](#)

PARCOURS ROUGE 13,8 km dont 650 m d+



Départ du Plan d'eau- suivre les flèches rouges

[Retour à la 1^{ère} page](#)

VUE D'ENSEMBLE DES PARCOURS

