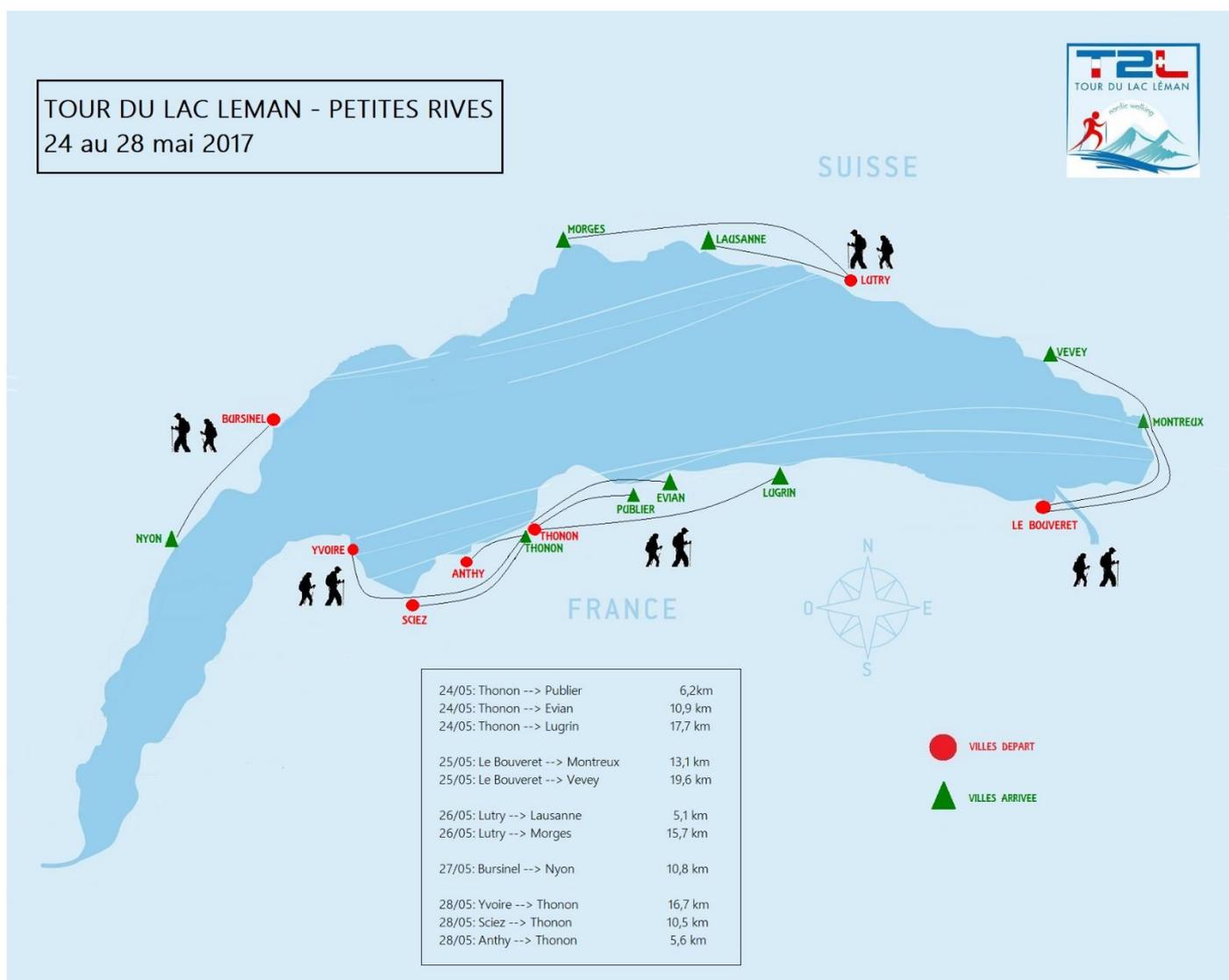




T2L en Marche Nordique

« Petites Rives »



Nous vous souhaitons de belles étapes !

L'équipe T2L 2017

Mercredi 24 mai 2017

THONON LES BAINS/PUBLIER 6,2 km

PARKING POUR VOS VOITURES : devant la piscine de Thonon

Horaire de départ : 8h

Zone de départ : Capitainerie de Thonon les Bains

Zone d'arrivée : Fontaine de Publier rue du Belvédère



Au plus tard 7h00 : Quai de ripaille.

De 05h30 à 7h30 dans l'Avenue du Quai de Ripaille : Petit déjeuner offert et récupération de votre sac marcheur avec vos accompagnateurs Nicolas, Nelly et Diégo.

7h30 : Capitainerie de Thonon, Quai de Ripaille : Briefing sur la ligne de départ.

7h45 : Capitainerie de Thonon, Quai de Ripaille : Echauffement sur la ligne de départ.

8h00 : Capitainerie de Thonon, Quai de Ripaille : **Départ de l'étape - 6^{ème} édition T2L en Marche Nordique**

APRES LA COURSE :

Ravitaillement : eau/ coca/ jus de fruits/barres céréales/ fruits

RETOUR :

Un bus vous attendra à 10h30 devant le parking de la fontaine de Publier et vous ramènera au port de Rive à Thonon.

Mercredi 24 mai 2017

THONON LES BAINS/LUGRIN 17,7 km

PARKING POUR VOS VOITURES : devant la piscine de Thonon

Horaire de départ : 8h

Zone de départ : Capitainerie de Thonon les Bains

Zone d'arrivée : Devant la mairie de Lugrin



Au plus tard 7h00 : Quai de ripaille.

De 05h30 à 7h30 dans l'Avenue du Quai de Ripaille : Petit déjeuner offert et récupération de votre sac marcheur avec vos accompagnateurs Nicolas et Nelly.

7h30 : Capitainerie de Thonon, Quai de Ripaille : Briefing sur la ligne de départ.

7h45 : Capitainerie de Thonon, Quai de Ripaille : Echauffement sur la ligne de départ.

8h00 : Capitainerie de Thonon, Quai de Ripaille : **Départ de l'étape - 6^{ème} édition T2L en Marche Nordique**

PENDANT LA COURSE

Ravitaillement à EVIAN : eau/ coca/ jus de fruits/barres céréales/ fruits

APRES LE COURSE

Ravitaillement : buffet REPAS/ soupe/ eau/ coca/ barres céréales/ fruits

RETOUR EN BUS :

Un bus vous attendra à 13h00 devant le parking de la mairie de Lugrin et vous ramènera au port de Rive à Thonon.

Jeudi 25 mai 2017

LE BOUVERET/MONTREUX 13,1 km

PARKING POUR VOS VOITURES : SWISS VAPEUR

Horaire de départ : 8h

Zone de départ : Devant le débarcadère de la CGN du Bouveret

Zone d'arrivée : Embarcadère CGN Montreux 1820 Montreux, Suisse

AVANT LA COURSE

Village d'accueil au débarcadère de la CGN du Bouveret - **Accès au départ : point A**



Au plus tard 7h00 : Récupération de votre sac marcheur avec vos accompagnateurs Nicolas et Nelly.

De 06h00 à 7h30 : Bouveret CGN 1897 Port du Valais, Suisse.

7h30 : Débarcadère CGN du Bouveret : Briefing sur la ligne de départ.

7h45 : Débarcadère CGN du Bouveret : Echauffement sur la ligne de départ.

8h00 : Débarcadère CGN du Bouveret : **Départ de l'étape - 6^{ème} édition T2L en Marche Nordique**

PENDANT LA COURSE

Ravitaillement à Neuville : point eau

APRES LA COURSE

Ravitaillement à Montreux : eau/ coca/ jus de fruits/barres céréales/ fruits

RETOUR EN BATEAU :

Départ à 10h40 ou à 12h40 selon votre heure d'arrivée avec votre accompagnateur.

Jeudi 25 mai 2017

LE BOUVERET/VEVEY 19,6 km

PARKING POUR VOS VOITURES : SWISS VAPEUR

Horaire de départ : 8h

Zone de départ : Devant le débarcadère de la CGN du Bouveret

Zone d'arrivée : Place de l'Aviron 1800 Vevey, Suisse

AVANT LA COURSE

Village d'accueil au débarcadère de la CGN du Bouveret - **Accès au départ : point A**



Au plus tard 7h00 : Récupération de votre sac marcheur avec vos accompagnateurs Nicolas et Nelly.

De 06h00 à 7h30 : Bouveret CGN 1897 Port du Valais, Suisse.

7h30 : Débarcadère CGN du Bouveret : Briefing sur la ligne de départ.

7h45 : Débarcadère CGN du Bouveret : Echauffement sur la ligne de départ.

8h00 : Débarcadère CGN du Bouveret : **Départ de l'étape - 6^{ème} édition T2L en Marche Nordique**

PENDANT LA COURSE

Ravitaillements :

- Neuville : point eau

- Montreux : eau/ coca/ jus de fruits/barres céréales/ fruits

APRES LA COURSE

Ravitaillements à Vevey Marché débarcadère CGN : buffet froid/ soupe/ eau/ coca/ jus de fruits/ barres céréales/ fruits

RETOUR EN BATEAU :

Départ à 12h05 ou 14h05 selon votre heure d'arrivée avec votre accompagnateur.

Vendredi 26 mai 2017

LUTRY/LAUSANNE 5,1 km

PARKING POUR VOS VOITURES : parking du collège grand pont

Horaire de départ : 8h

Zone de départ : Devant le terrain du grand pont - Lutry

Zone d'arrivée : Devant le débarcadère de la CGN Ouchy Lausanne

AVANT LA COURSE

Village d'accueil devant le terrain du Grand Pont - Accès au départ : point A



Au plus tard 7h00 : Quai de Lutry.

De 06H00 à 7h30 : Récupération de votre sac marcheur avec vos accompagnateurs Nicolas et Nelly.

7h30 : Quai devant le terrain du grand pont - Lutry : Briefing sur la ligne de départ.

7h45 : Quai devant le terrain du grand pont - Lutry : Echauffement sur la ligne de départ.

8h00 : Quai devant le terrain du grand pont - Lutry : **Départ de l'étape - 6^{ème} édition T2L en Marche Nordique**

APRES LA COURSE

Ravitaillements au château d'Ouchy : eau/ coca/ barre céréales/ fruits

RETOUR EN BUS OU TRAIN :

A la charge du marcheur.

Bus tous les 30 min. 2.40 CHF

Vendredi 26 mai 2017

LUTRY/MORGES 15,7 km

PARKING POUR VOS VOITURES : parking du collège grand pont

Horaire de départ : 8h

Zone de départ : Devant le terrain du grand pont - Lutry

Zone d'arrivée : Piscine de Morge Prom. Général Guisan, 1110 Morges, Suisse

AVANT LA COURSE

Village d'accueil devant le terrain du Grand Pont - Accès au départ : point A



Au plus tard 7h00 : Quai de Lutry.

De 06H00 à 7h30 : Récupération de votre sac marcheur avec vos accompagnateurs Nicolas et Nelly.

7h30 : Quai devant le terrain du grand pont - Lutry : Briefing sur la ligne de départ.

7h45 : Quai devant le terrain du grand pont - Lutry : Echauffement sur la ligne de départ.

8h00 : Quai devant le terrain du grand pont - Lutry : **Départ de l'étape - 6^{ème} édition T2L en Marche Nordique**

PENDANT LA COURSE

Ravitaillements au Parc du pélican : eau/ coca/ barre céréales/ fruits

APRES LA COURSE

Ravitaillement à la Piscine de Morge : buffet froid/ soupe/ eau/ coca/ barres céréales/ fruits

RETOUR EN BATEAU OU TRAIN :

A la charge du marcheur.

Selon l'heure de votre arrivée avec votre accompagnateur.

Samedi 27 mai 2017

BURSINEL/NYON

PARKING POUR VOS VOITURES : Parking salle des sports de Dully

Horaire de départ : 8h

Zone de départ : Devant le temple de Bursinel

Zone d'arrivée : Château de Prangin Avenue Général Guiguer 3, 1197 Prangins, Suisse

AVANT LA COURSE

Village d'accueil devant le temple de Bursinel



De 06h00 à 7h30 : Récupération de votre sac marcheur avec vos accompagnateurs Nicolas et Nelly.

7h30 : Briefing sur la ligne de départ.

7h45 : Echauffement sur la ligne de départ.

8h00 : Départ de l'étape - 6^{ème} édition T2L en Marche Nordique

PENDANT LA COURSE

Ravitaillement à Gland : eau/ coca/ jus de fruits/ barres céréales/ fruits

APRES LA COURSE

Ravitaillement à Nyon : buffet froid/ soupe/ eau/ coca/ jus de fruits/ barres céréales/ fruits

RETOUR EN BUS OU TRAIN :

A la charge du marcheur.

Bus tous les 30 min. 2.80 CHF

Dimanche 28 mai 2016

YVOIRE/THONON LES BAINS 16,7 km

PARKING POUR VOS VOITURES : Parking du Centre communal des affaires sociales à côté du camping

Horaire de départ : 8h

Zone de départ : Devant l'office de Tourisme Mairie d'Yvoire

Zone d'arrivée : Capitainerie de Thonon les Bains



AVANT LA COURSE

Village d'accueil devant l'Office de Tourisme

De 06h00 à 7h30 : Récupération de votre sac marcheur avec vos accompagnateurs Nicolas et Nelly.

7h30 : Briefing sur la ligne de départ.

7h45 : Echauffement sur la ligne de départ.

8h00 : Départ de l'étape - 6^{ème} édition T2L en Marche Nordique

PENDANT LA COURSE

Ravitaillement à Sciez : eau/ coca/ thé

APRES LA COURSE

Ravitaillement à Thonon-les-Bains

RETOUR EN BATEAU :

Départ à 12h00 ou 14h00 selon votre heure d'arrivée avec votre accompagnateur.

Dimanche 28 mai 2016

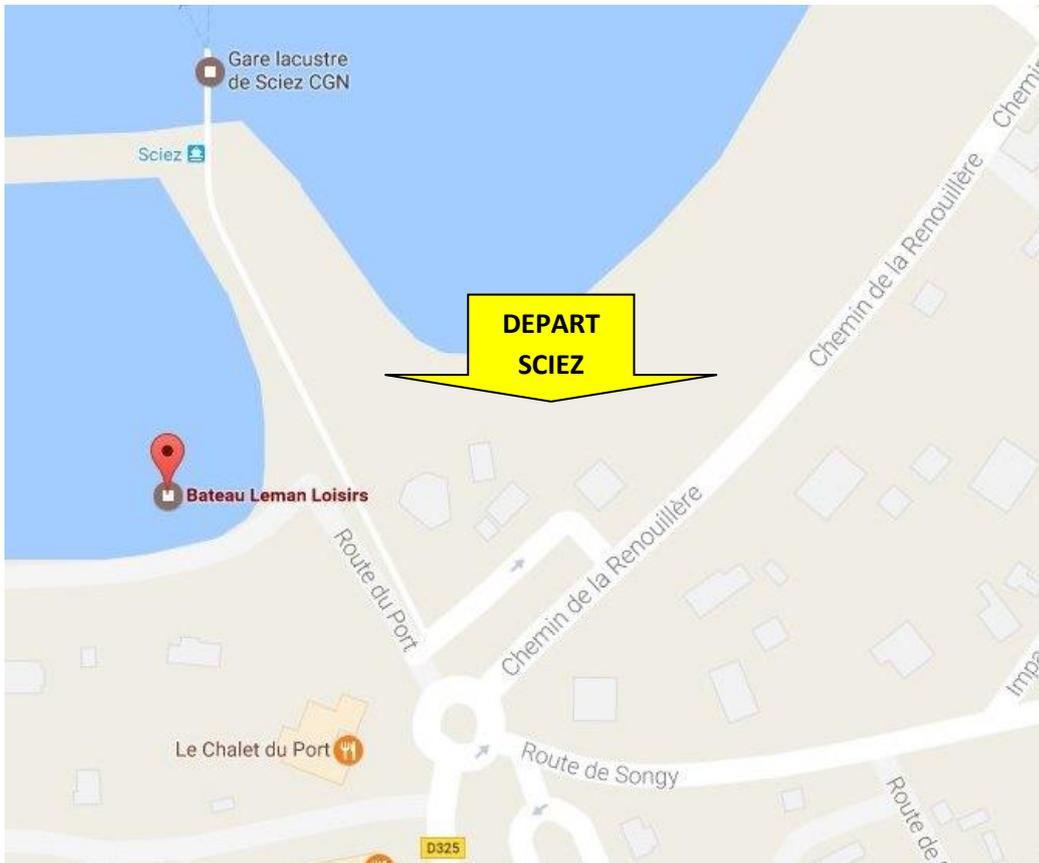
SCIEZ/THONON LES BAINS 10,5 km

PARKING POUR VOS VOITURES : Parking de la plage de Sciez

Horaire de départ : 10h

Zone de départ : Devant la Capitainerie du port de Sciez

Zone d'arrivée : Capitainerie de Thonon les Bains



AVANT LA COURSE

8h30 - 9h30 : Récupération de votre sac marcheur avec votre accompagnatrice Nelly.

9h30 : Briefing sur la ligne de départ.

9h45 : Echauffement sur la ligne de départ.

10h00 : Départ de l'étape - 6^{ème} édition T2L en Marche Nordique

APRES LA COURSE

Ravitaillement à Thonon-les-Bains

RETOUR EN BATEAU :

Départ à 12h00 ou 14h00 selon votre heure d'arrivée avec votre accompagnateur.

Dimanche 28 mai 2016

ANTHY SUR LEMAN /THONON LES BAINS 5,6 km

PARKING POUR VOS VOITURES : parking de la plage d'Anthy sur Léman



Horaire de départ : 10h30

Zone de départ : Anthy sur Léman

Zone d'arrivée : Capitainerie de Thonon les Bains

AVANT LA COURSE

9h30 : Récupération de votre sac marcheur avec votre accompagnatrice.

10h00 : Briefing sur la ligne de départ.

10h15 : Echauffement sur la ligne de départ.

10h30 : **Départ de l'étape - 6^{ème} édition T2L en Marche Nordique**

APRES LA COURSE

Ravitaillement à Thonon-les-Bains

RETOUR EN BATEAU :

Départ à 12h00 ou 14h00 selon votre heure d'arrivée avec votre accompagnateur.