

## Programme des marches 2023

Inscriptions c/o **Rita Delaquis** Tél. 078 867 76 82 ou par e-mail  
[rita.delaquis@forum-elle.ch](mailto:rita.delaquis@forum-elle.ch)

<i>Toutes les courses</i>	<b>Bons marcheurs, env. 4H30 (sans les pauses)</b> <b>Rendez-vous : Hall gare Fribourg CFF</b>	Dénivelés min/max ▲ ▼
<b>Jeudi 16 février</b>	<b>Yvonand – Vallon des Vaux</b> Rendez-vous à <b>07h30</b> Départ à <b>07h47</b> voie 5 Restaurant Délai d'inscription 13 février Prix du billet ½ tarif env. Fr. 17.--	368 m./368 m.
<b>Jeudi 16 mars</b>	<b>Meilen – Feldbach</b> Rendez-vous à <b>06h50</b> Départ à <b>07h04</b> voie 3 Pique-nique Délai s'inscription 13 mars Prix du billet ½ tarif env. 63.--	420 m./413 m
<b>Jeudi 20 avril</b>	<b>Nebikon – Wauwil</b> Rendez-vous à <b>07h15</b> Départ à <b>07h34</b> voie 3 Pique-nique Délai d'inscription 17 avril Prix du billet ½ tarif env. 32.--	250 m./271 m.
<b>Jeudi 11 mai</b>	<b>Les Planchettes - Les Brenets</b> Rendez-vous à <b>07h50</b> Départ à <b>08h04</b> voie 3 Pique-nique Délai d'inscription 8 mai Prix du billet ½ tarif env. Fr. 35.--	475m./648 m.
<b>Jeudi 15 juin</b>	<b>Ligers – Twann</b> Rendez-vous à <b>07h15</b> Départ à <b>07h31</b> voie 5 Pique-nique Délai d'inscription 12 juin Prix du billet ½ tarif env. 27.--	646 m./646 m.
<b>Jeudi 20 juillet</b>	<b>Sion – Mont d'Orge</b> Rendez-vous à <b>06h45</b> Départ à <b>06h56</b> voie 2 Pique-nique Délai d'inscription 17 juillet Prix du billet ½ tarif env. Fr. 40.--	577 m./381 m.
<b>Jeudi 17 août</b>	<b>Iseflüh – Lauterbrunnen</b> Rendez-vous à <b>07h10</b> Départ à <b>07h26</b> voie 3 Pique-nique Délai d'inscription 14 août Prix du billet ½ tarif env. Fr. 60.--	704 m./669 m.
<b>Jeudi 14 septembre</b>	<b>Flüelen – Morschach</b> Rendez-vous à <b>07h15</b> Départ à <b>07h34</b> voie 4 Pique-nique Délai d'inscription 11 septembre Prix du billet ½ tarif env. 65.--	731 m./523 m.
<b>Jeudi 12 octobre</b>	<b>L'Isle – L'Isle</b> Rendez-vous à <b>07h10</b> Départ à <b>07h26</b> voie 1 Pique-nique Délai d'inscription 9 octobre Prix du billet ½ tarif env. 40.--	374 m./374 m.
<b>Tous les lundis</b>	<b>Marche de 2 heures dans les environs de Fribourg</b> <b>Rdv : arrêt bus n°5 "Beaumont-Centre" à 13h30</b>	

**Pour chaque course :**

*Bonnes chaussures, bâtons facultatifs, équipement pluie, etc.*

*Les courses ont lieu par tous les temps.*

*Les participants doivent être assurés personnellement contre les accidents.*

*Possibilité de se faire accompagner par le conjoint ou des ami(e)s.*

*Les chiens ne sont pas admis.*