



PROGRAMME SORTIES

Oct. à Déc. 2024

Date	Lieu	Durée	Km	D +	Difficulté	Animateur
Dimanche 06 oct.	St Denis en Bugey	Journée 5 h	12 km	330 m	moyenne	Pierre
Dimanche 13 oct.	SQF	Marche d' Automne				Club
Dimanche 17 nov.	Ruffieu	Journée Resto	10 km	400m	moyenne	Pierre
Dimanche 08 déc	Chozeau	½ journée	10 km	360 m	moyenne	Pierre

Courriel : osqfl@laposte.net

Site internet : fouleelibre38.fr