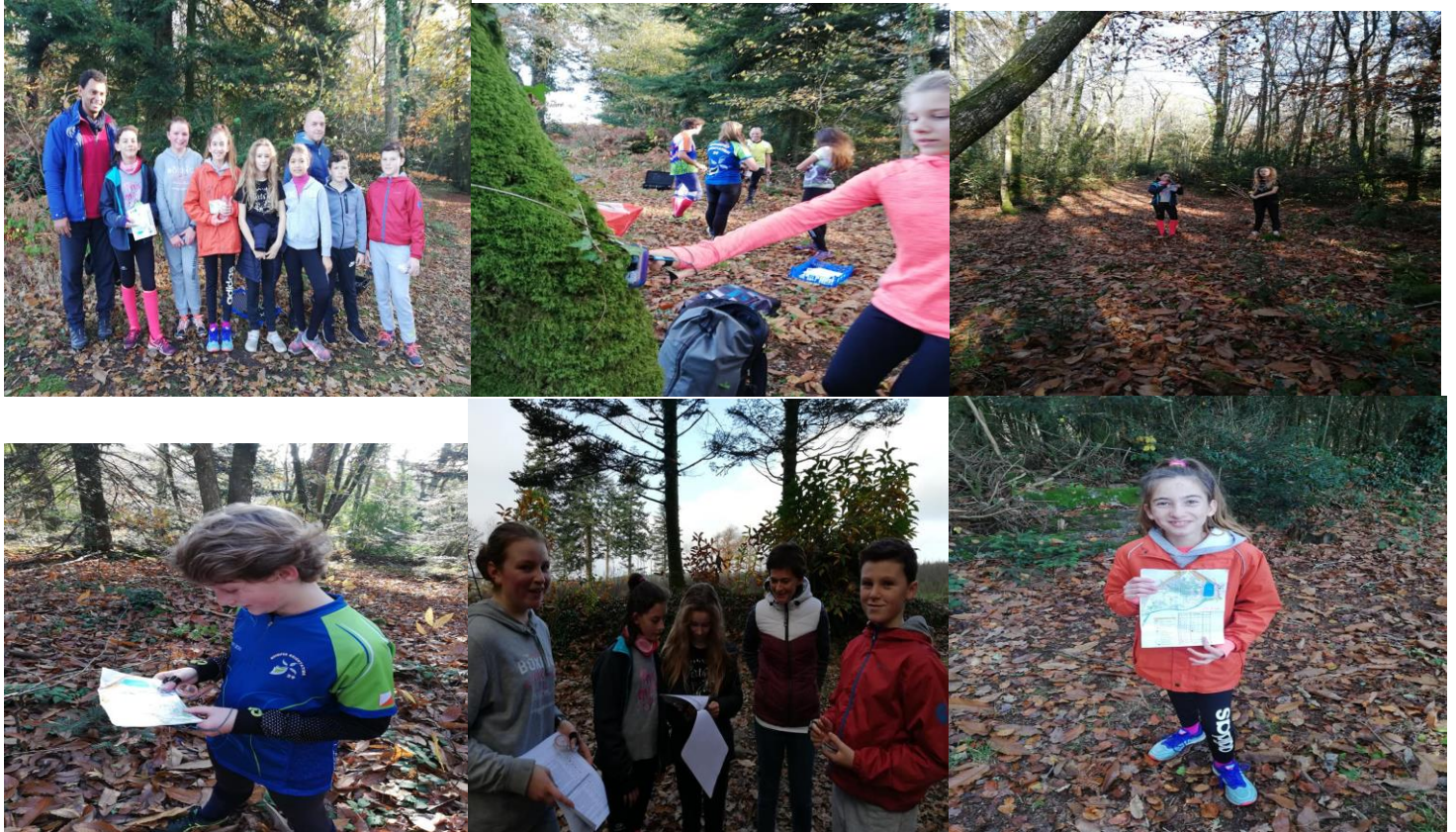




**MERCREDI 5 DECEMBRE**



**ENTRAINEMENT**   
**COURSE D'ORIENTATION**  
**A QUIMPER**  
**(BOIS DE KERADENNEC)**  
**DE 13H00 A 15H45**

**INSCRIPTIONS AUPRES DE M. MANDE OU M BAILLET  
POUR LE VENDREDI 30 NOVEMBRE**

**PREVOIR POUR L'ENTRAINEMENT :**

- une montre**
- de l'eau**
- une tenue adaptée à la course ou marche à pied avec les jambes couvertes (ou des chaussettes longues)**