



Dimanche 11 Octobre 2026 - SPICHEREN

Marche d'Automne

Salle Polyvalente - Place de la Charente

Départs : 7h30 à 10 h00 -- 3 CIRCUITS : 6 -10 -16 km

Sans difficultés particulières / 3 € à régler sur place

Ravitaillement sur le parcours

Votre Santé nous intéresse, en collaboration avec :

« AFD - Association des Diabétiques de Lorraine délégation Moselle Est »

Il vous sera proposé un contrôle du taux de glycémie, avant et après la marche.

Libre à chacun d'y participer.

Il est proposé un menu lors de cette Journée :

Entrée : Assiette Charcuterie Maison

Plat : Choucroute Garnie : 14,00€

Repas Enfants : «Spaghetti-Bolognaise » 7,00 €

Pour les personnes du CTL je vous invite à covoiturer

Et/ou de nous retrouver à 8h45 devant la salle polyvalente.

Afin de réserver nos repas, merci de me faire parvenir un chèque de 14 € par personne libellé à l'ordre du CTL de Metz avant le 5 octobre

Nom Prénom

Souhaite participer à la marche de ☐ 6 km - ☐ 10 km - ☐ 16km

Souhaite prendre le menu proposé ☐ OUI ☐ NON

Je serai seul(e) ☐ - Je serai accompagné(e) de Personnes

Je joins un chèque de 14 € x personne(s) / à l'ordre du CTL