



3^{ème} marche nordique embrunaise



Parcours vert : (Initiation) permet d'appréhender les techniques de la MN sur un parcours avec peu de dénivelé qui privilégie l'apprentissage et la marche à un rythme peu soutenu.

Distance : environ 8,6 km

Dénivelé positif : environ 146 m

Temps : environ 2h/2h30

Parcours bleu : (Open) alliant technique et sportivité, pour marcheurs déjà aguerris et de bonne condition physique

Distance : environ 11 km

Dénivelé positif : environ 550 m

Temps : environ 2h30/3h

Parcours rouge : (Sportif) soutenu pour marcheurs expérimentés et en très bonne condition physique ayant l'habitude de la marche sportive avec dénivelé

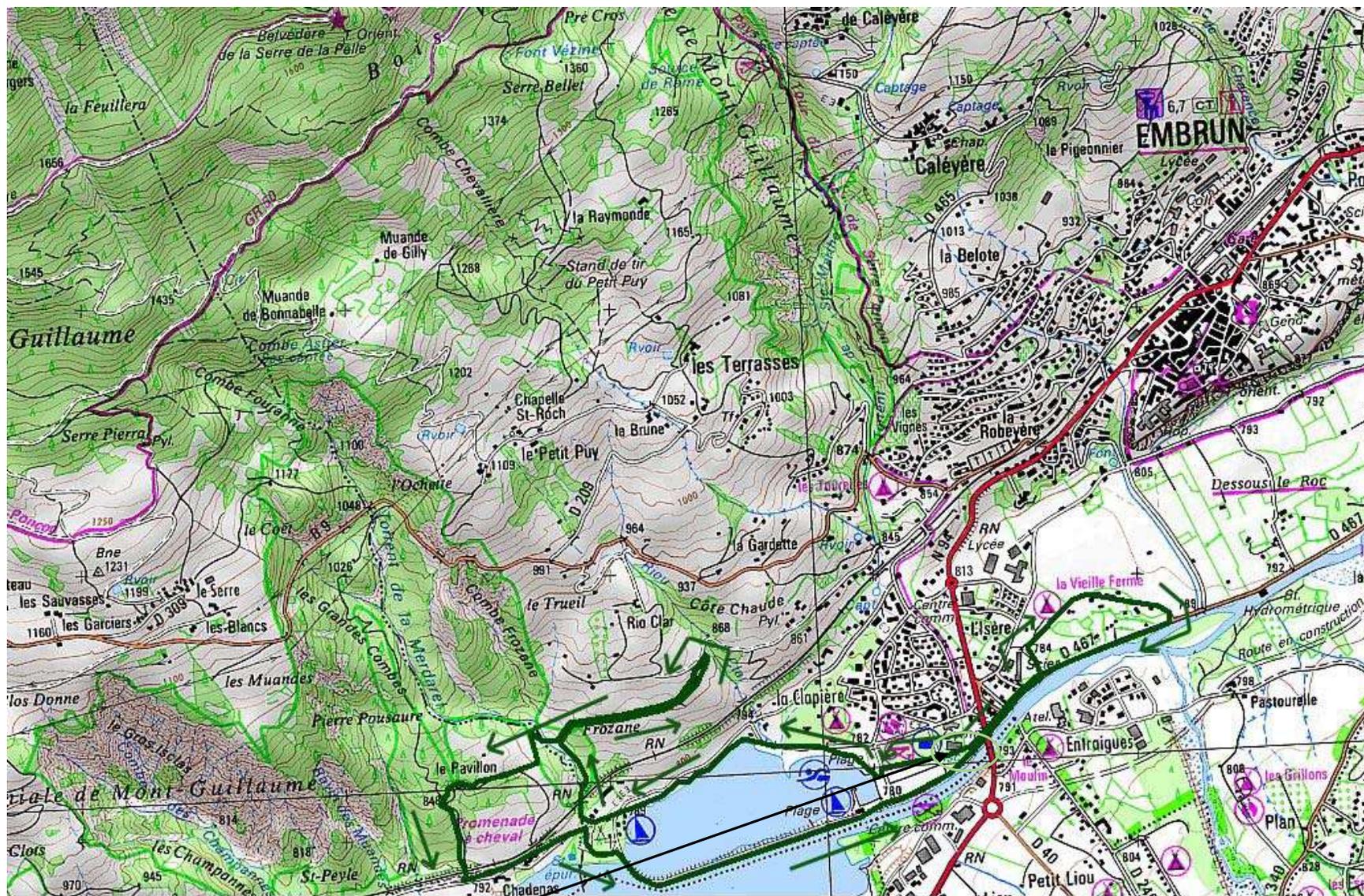
Distance : environ 15,5 km

Dénivelé positif : environ 840 m

Temps : environ 3h30/4h

Localisation générale. POUR VOIR CLIQUEZ SUR LE LIEN	Profil du parcours. POUR VOIR CLIQUEZ SUR LE LIEN
 Parcours vert	 Parcours vert 
 Parcours bleu	 Parcours bleu 
 Parcours rouge	 Parcours rouge 

PARCOURS VERT 8,6 km dont 146 m de d+

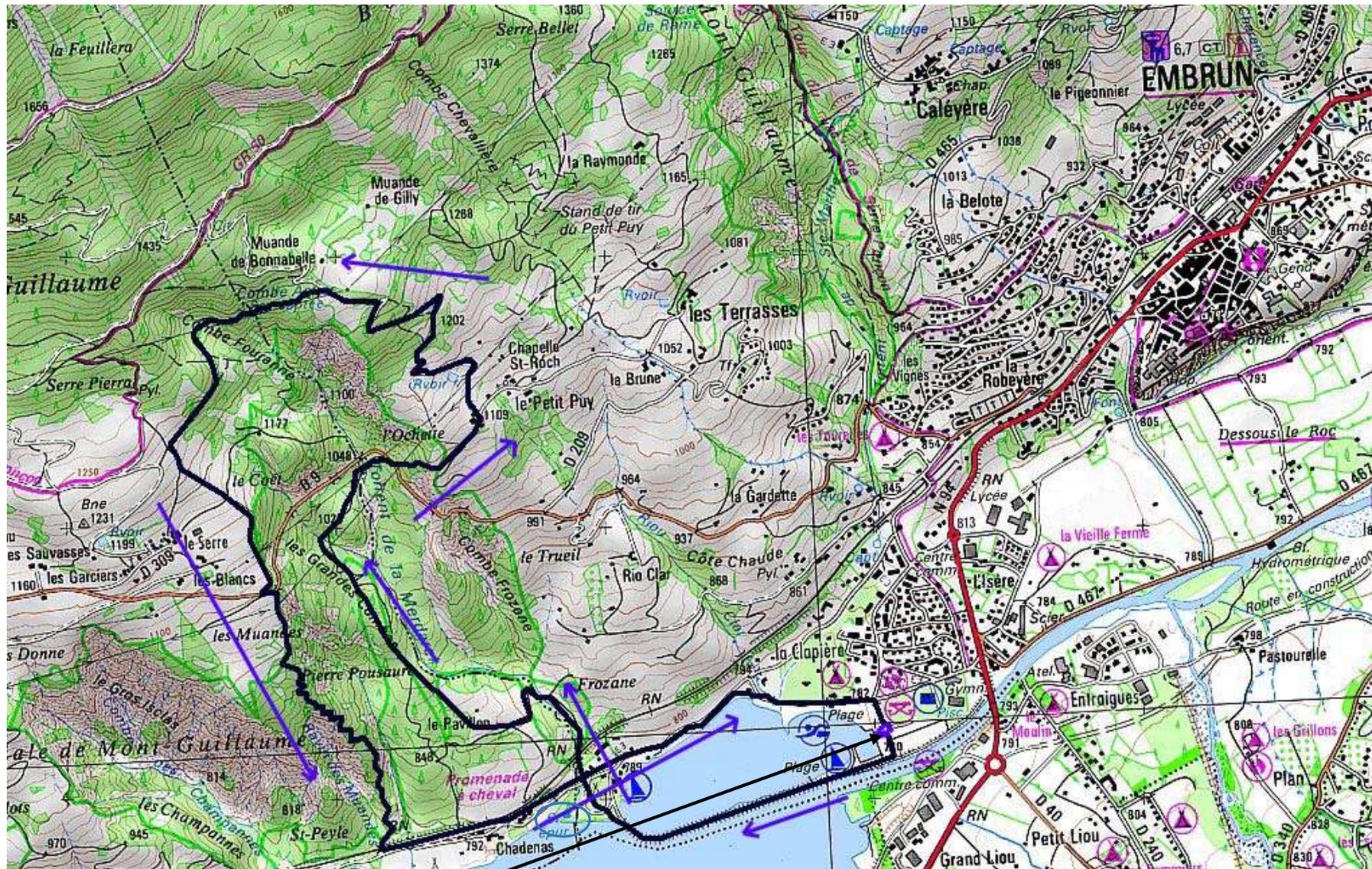


Départ du Plan d'eau - suivre les flèches vertes

Arrivée au Plan d'eau

[Retour à la 1^{ère} page](#)

PARCOURS BLEU 11 km et 550m d+

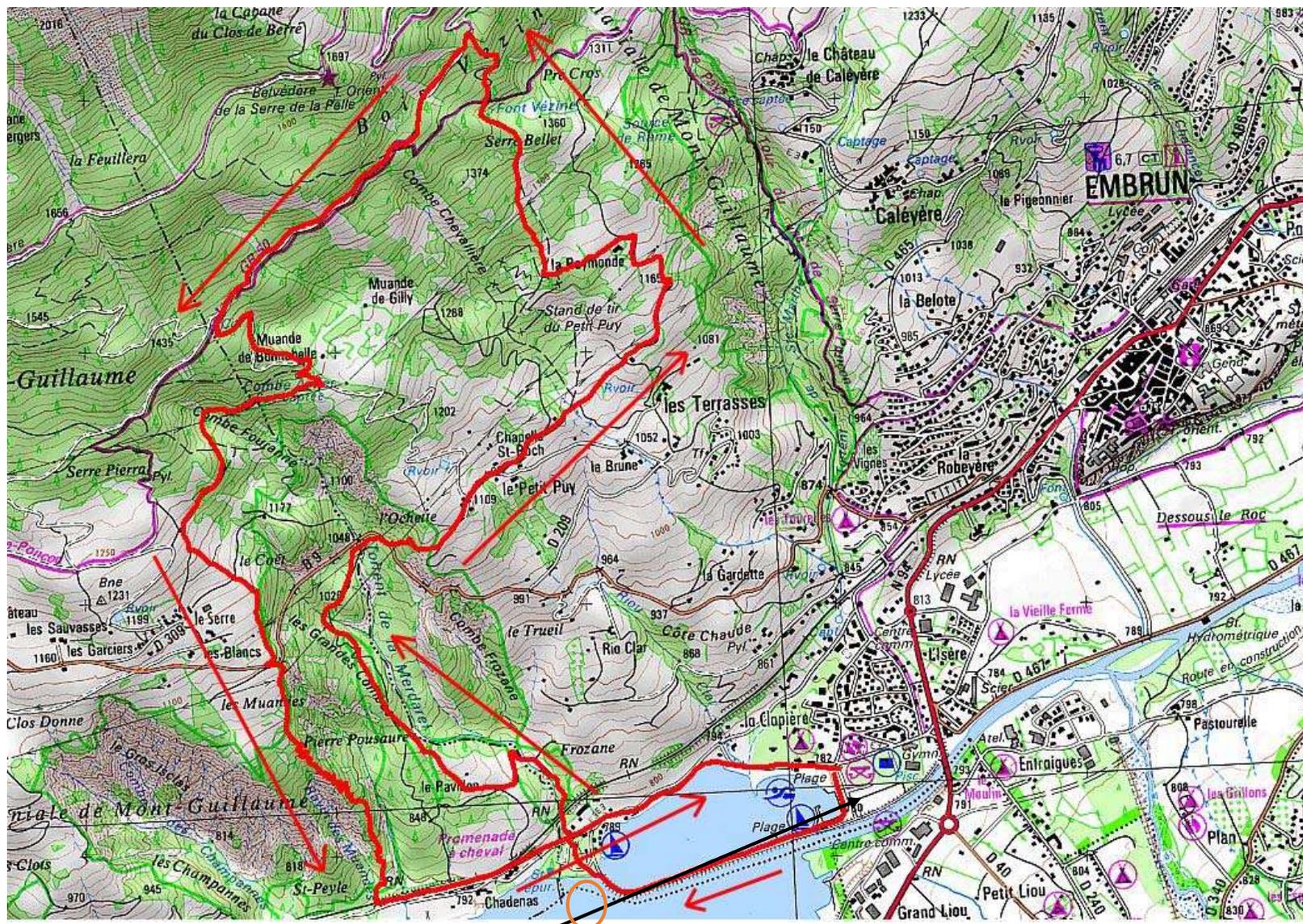


Départ du Plan d'eau - suivre les flèches bleues

Arrivée au Plan d'eau

[Retour à la 1^{ère} page](#)

PARCOURS ROUGE 15,5 km et 840m d+

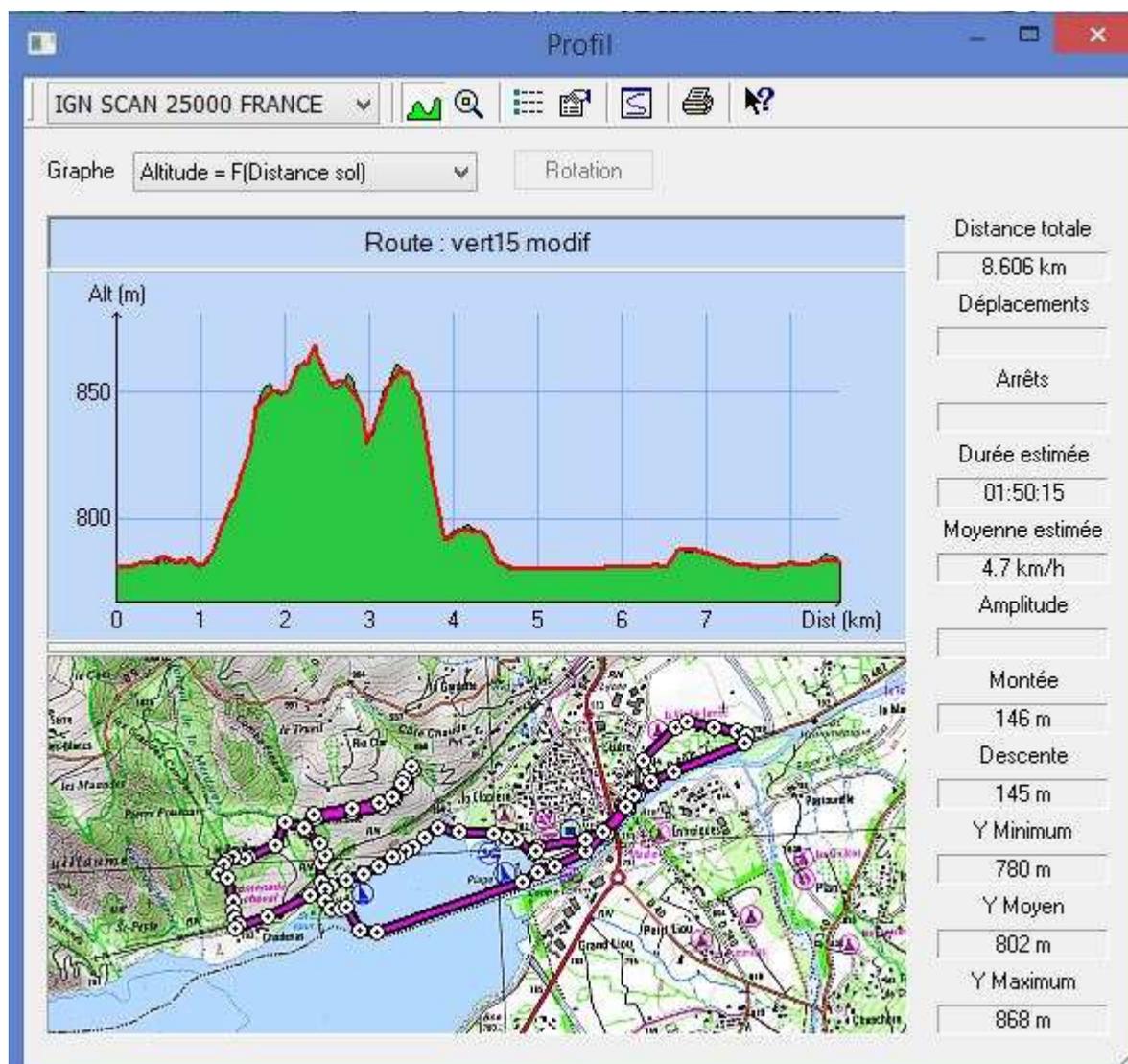


Départ du Plan d'eau - suivre les flèches rouges

Arrivée au Plan d'eau

[Retour à la 1^{ère} page](#)

PROFIL PARCOURS VERT 8,6 km et 146 m de d+

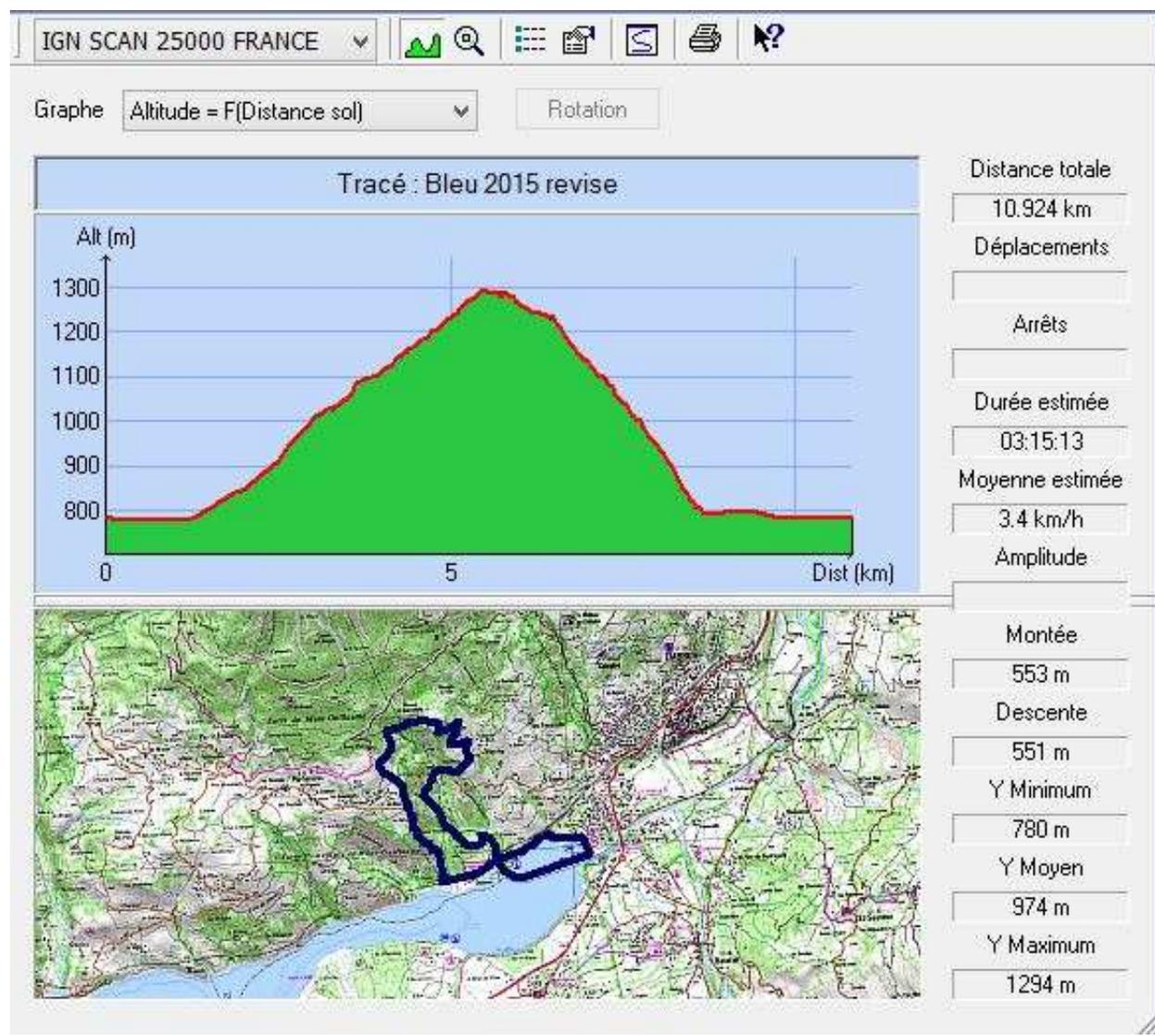


Vue du parcours vert

Départ du Plan d'eau

[Retour à la 1^{ère} page](#)

PROFIL PARCOURS BLEU 11 km et 550m d+.

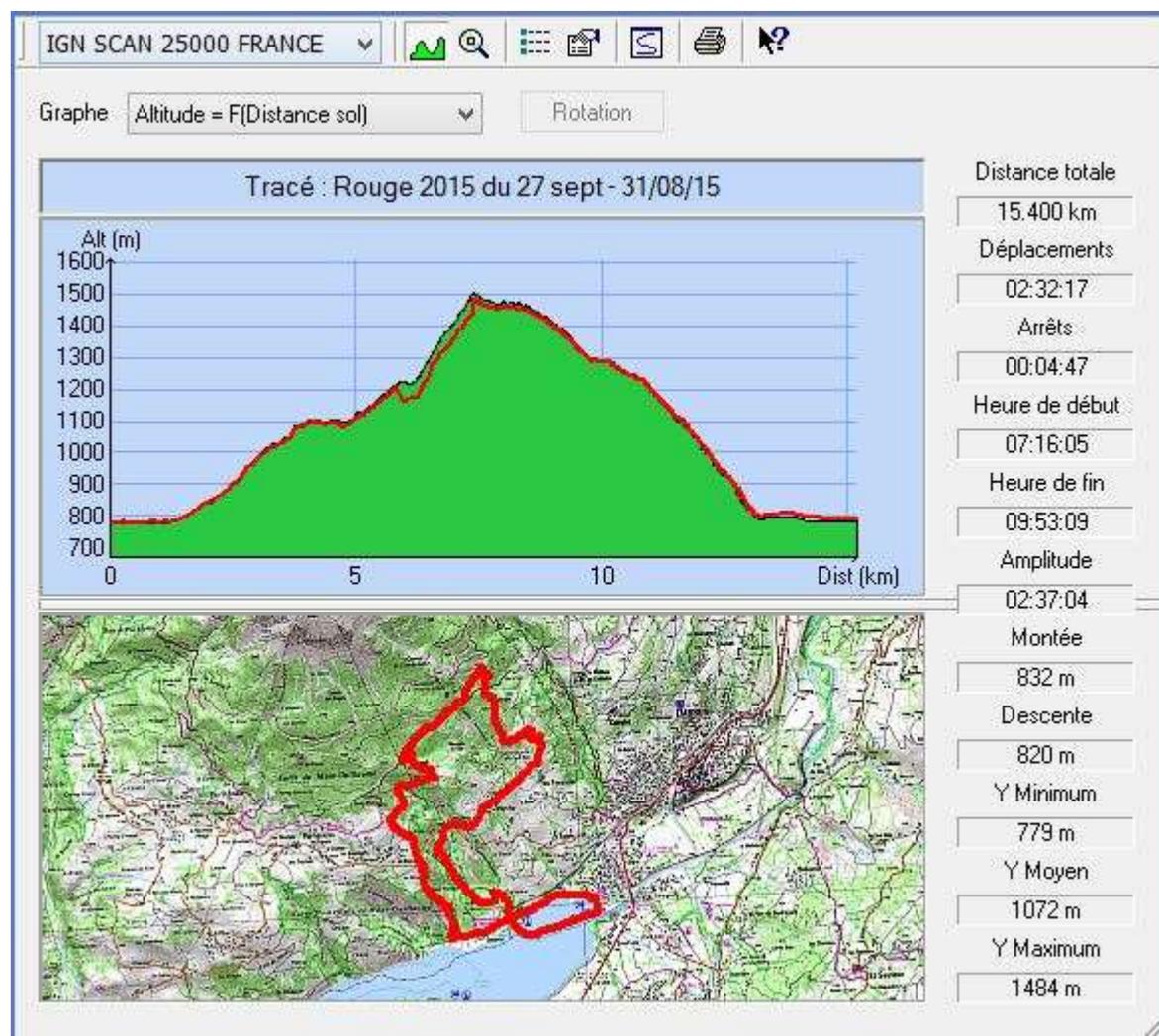


Départ du Plan d'eau

[Retour à la 1^{ère} page](#)

Vue des parcours *bleu* et *rouge*

PROFIL PARCOURS ROUGE 15,5 km et 840m d+



Vue des parcours *bleu* et *rouge*

Départ du Plan d'eau

[Retour à la 1^{ère} page](#)