



Les infos du CNMSA

Mardi le 20 septembre 2016

Points d'informations du Club Nordique MSA

- Entraînements "portes ouvertes"
- Inscriptions
- Test de cambrure des skis et commandes de vêtements
- Soirée Prodeal de La Vie Sportive
- Communications: Groupe Facebook Atome/Pee-wee/Midget
- Parents accompagnateurs
- Course XC et ski-bazar

PORTES OUVERTES

Expérimentez la vie du Club Nordique MSA en vous joignant aux **entraînements "portes ouvertes" du CNMSA**.

Mercredi le 21 septembre de 17h45 à 19h dans le stationnement du Mont-Ste-Anne

Il faut apporter des espadrilles et de l'eau.

INSCRIPTIONS AU CNMSA

Les **inscriptions** du groupe **Compétitif** sont présentement ouvertes via le site web du club :

www.clubnordiquemsa.wordpress.com

TEST DE CAMBRURE* ET COMMANDE DE VÊTEMENTS

Dimanche le 25 septembre

Chalet du rang St-Julien

Catégories Juvénile et Junior

9h à 10h (avant l'entraînement)

Catégories Atome à Midget

11h30 à 12h30 (après l'entraînement)

***Grattez et nettoyez vos skis et n'oubliez pas vos bottes de ski!**

SOIRÉE "PRODEAL" DE LA VIE SPORTIVE

Mardi le 27 septembre dès 18h

Magasin La Vie Sportive
600, rue Bouvier, Québec
(Autoroute Félix Leclerc, sortie Pierre-Bertrand)

La Vie Sportive ouvrira ses portes pour les membres du volet Compétitif du Club mardi le 27 septembre dès 18h. Plusieurs représentants seront sur place pour nous conseiller sur leurs équipements de ski à très, très bons prix!

Nous vous proposons cet horaire afin d'optimiser votre temps :

Les Atomes et Pee wees : rendez-vous entre 18h et 19h30

Les Midgets, Juvéniles et Juniors : rendez-vous entre 19h30 et 21h

IMPORTANT : Pour avoir accès à cette soirée, **vous devez avoir inscrit vos enfants** afin qu'ils apparaissent dans la liste des membres du Club.



GROUPE FACEBOOK

Le groupe Facebook **Club Nordique MSA - Atome/Pee-wee/Midget** vous donne l'information sur les activités de ces trois catégories d'athlètes du Club.

Rejoignez ce groupe en faisant une recherche sur Facebook avec le nom du groupe ou en faisant une demande d'ami à Marie-Odile Raymond.

Plus d'infos: moraymond13@yahoo.ca

PARENTS ACCOMPAGNATEURS

Le Club est à la recherche de parents ou autres adultes (en forme physique pour suivre nos athlètes ;-)) qui seraient intéressés à participer à quelques entraînements pour former des groupes.

Communiquez avec Marie-Odile Raymond

moraymond13@yahoo.ca

COURSE XC DU CLUB ET SKI-BAZAR

Dimanche le 16 octobre

Rang St-Julien

Mettez à votre agenda la **course XC** organisée par le Club dans le cadre du **Circuit des couleurs**.

Quatre distances possibles : 500m, 1km, 3,5 km et 7 km.

Lien pour information et inscriptions : [XC MSA - CIRCUIT DES COULEURS](#)

Le **bazar de ski de fond annuel**

Vendez votre équipement de ski et/ou faites des trouvailles pour la saison à venir lors du bazar.

7h30 à 12h30

Vous êtes intéressé(e)s à donner un coup de pouce pour cette activité ? Écrivez-nous à : info@clubnordiquemsa.ca



VENEZ VIVRE L'AUTOMNE À SON MEILLEUR

**AU CROSS COUNTRY DU
CLUB NORDIQUE MONT-STE-ANNE**

DIMANCHE 16 OCTOBRE 2016

500 M 1,5 KM 3,5 KM 7 KM

Départ au rang St-Julien (chalet de ski de fond)

Premier départ à 9h30

Nombreux prix de présence

Information sur les programmes du Club MSA

Casse-croûte (produits maison)

Frais d'inscription très abordables

Inscrivez-vous en ligne :

www.circuitdescouleurs.com/evenements/calendrier/

Questions sur le Club Nordique MSA ?

info@clubnordiquemsa.ca

BAZAR DE SKI DE FOND

BAZAR DE SKI DE FOND



APPORTEZ VOS ÉQUIPEMENTS
À VENDRE DÈS 7H30 LE
MATIN DE LA COURSE.



CLUB NORDIQUE MSA

Merci à nos partenaires!



Caroline Simard
Députée Charlevoix-Côte-de-Beaupré

Our mailing address is:
info@clubnordiquemsa.ca

[unsubscribe from this list](#) [update subscription preferences](#)

MailChimp