MARCHE DANS LA FORET DE BLOIS

Posté par:
sur 09 Déc, 2025
Catégorie : Divers

Bonjour

Aujourd’hui, j'ai emmené ma femme faire de la marche nordique en foret de Blois.

Pour elle sa première sortie et pour moi ma 6ème .

Je lui ai acheté ses bâtons pour son anniversaire et les amis, des chaussures de marche.

Nous avons fait, petit exploit, 7.5 km en foret.

Elle est contente, car pas fatiguée du tout. Dommage que le temps était humide, car la semaine dernière, il y avait de la neige en foret et c’était joli.

Demain, on y retourne, avec un parcours différent, peu être plus long, nous verrons.

En tout cas, ça nous a fait du bien, aussi bien au mental qu'aux muscles.

A plus

Jeannot