

Chers amies et amis

Si vous voulez pratiquer une activité sportive en famille ou seul, sans être obligé d'investir des sommes importantes dans du matériel, sans être obligé de suivre des entraînements contraignants, alors la marche vous est toute désignée.

La marche est le sport à la carte et sans contraintes.

Vous marchez si vous en avez envie.

Vous choisissez le lieu, chaque weekend et parfois en semaine vous avez une dizaine de marches organisées un peu partout en Belgique.

Vous choisissez la distance qui vous convient (5-10-15-20-30-42-50 et même plus).

Vous partez à l'heure que vous désirez selon la distance choisie.

Vous allez seul, en famille, avec des amis, avec votre chien, avec des membres d'un Club, ...

Vous marchez à la vitesse que vous désirez.

Comment participer à une marche ?

- *après avoir décidé du lieu*
- *vous vous présentez au départ*
- *vous vous inscrivez, payez les frais de participation (0,75€ en communauté Francophone) et recevez une carte de contrôle que vous remplirez soigneusement.*
- *vous vous assurez du fléchage à suivre et lors de la marche, vous faites estampiller votre carte aux divers contrôles que vous rencontrerez*
- *vous rendez votre carte au contrôle d'arrivée, c'est tout.*

Dans les lieux de départ, d'arrivée et aux divers contrôles, des boissons et une petite restauration est toujours disponible.

Pourquoi être membre d'un club de marche ?

- *pour être couvert par une assurance responsabilité civile et accident corporel lors des marches.*
- *pour recevoir le magazine bimestriel du Club avec les informations sur les marches proposées.*
- *pour pouvoir acheter de l'équipement à des prix « Club ».*

LE PRÉSIDENT.