



La **Fédération Française d'Athlétisme** encourage à la pratique du Sport dans le cadre de la santé, et développe depuis quelques années la Marche Nordique.

Le principe est simple : il s'agit d'accentuer le mouvement naturel des bras pendant la marche et de propulser le corps vers l'avant à l'aide de deux bâtons qui permettent d'aller plus vite et de marcher plus longtemps.

Tout ce que vous voulez savoir sur la Marche Nordique, sans oser le demander [ici](#)

Au sein de l'O. F. P. Athlétisme, deux entraîneurs diplômés assurent l'animation

des séances :

- En février 2102 **Joël SERRE** met en place cette discipline, la fait connaître et la développe sur le secteur.
- En 2015, **Yann LOTODE** rejoint l'O.F.P. en tant qu'entraîneur de Marche Nordique et co-anime avec **Joël** la séance du dimanche matin.
- Depuis 2016, **Nelly Burger** assiste **Joël** et **Yann** lors des séances. Elle projette le suivi de la formation officielle et ainsi assurer la pérennité des entraîneurs de Marche Nordique au sein de l'**O.F.P.**

Devenez entraîneur et venez nous rejoindre...



Joël



Nelly



Yann



Comment s'organise les séances ?

3 séances par semaines vous sont proposées pour découvrir notre patrimoine au sein du Val de Lorraine.

Une diversité de parcours avec différents lieux de départ vous feront sortir de la routine.

Le lieu de départ est indiqué sur ce site grâce au semainier Marche Nordique.

Venez nous voir :

Lundi de 14h00 à 16 heures

Mercredi de 9h30 à 11h30.

Dimanche de 9h30 à 11h30.



Pour pratiquer la Marche Nordique : il suffit d'être licencié au club de l'**OFP**. Voir les conditions [d'inscription sur le site](#).

Tous les renseignements au niveau du club contacter directement Joël au 06 12 75 42 64 ou par mail : marchenordique.ofp@free.fr