



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](#)



La Marche Nordique (MN) a été mise en place au sein de l'O. F. P. Athlétisme en février 2012 par **Joël SERRE** et la fait connaître sur le secteur du Bassin de Pompey.

Après 7 années passées à développer la pratique de la MN et à contribuer à la formation des différents entraîneurs de MN de la Lorraine, notre ami Joël raccroche ses bâtons pour profiter de sa retraite.

Tous les licenciés (es) de MN, entraîneurs de MN t'accueilleront avec plaisir pour entendre tes blagues et histoires.

Merci à toi **Joël** à bientôt



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

- En 2015, **Yann LOTODE** rejoint l'O.F.P. Athlétisme en tant qu'Entraîneur de Marche Nordique et anime la séance du Dimanche matin.
- Depuis 2016, **Nelly Burger** assiste **Joël** et **Yann** lors des séances. Devenue entraîneur depuis 2018, Elle anime les séances du lundi et du mercredi.

Devenez entraîneur et venez nous rejoindre...



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 13h45 à 16 heures

Mercredi de 9h30 à 11h30

Dimanche de 9h30 à 11h30.

Pour pratiquer la Marche Nordique : il suffit d'être licencié Loisir (ou compétition) au club de l'**O.F.P. Athlétisme**. Voir les conditions [d'inscription sur le site](#).



Tous les renseignements au niveau du club contacter directement notre secrétaire au 06 63 13 51 21 ou par mail : ofpathle.marchenordique@gmail.com