

## **Annexe 4 bis Marche nordique**

**L'activité de marche nordique** (*annexe 4*) est proposée tous les samedis matin de 8h30 à 11h30.

Au total ce sont **1134 participants** qui ont fréquenté les **39** séances soit **29 personnes par séance** en moyenne. (27 en 2018) dont 13 à l'extérieur du parcours habituel de Gardanne.

Les séances sont organisées sur des parcours d'environ 2 heures 30 à 3 h, sur une distance de 6 à 11 km (suivant les groupes) dans le massif boisé de Gardanne- Mimet- Greasque et un samedi sur trois sur des parcours dans les forêts environnantes (Peynier – Simiane – Greasque – Trets Ste Victoire...).

106 personnes licenciées FFEPGV ou FFRP se sont inscrites sur cette activité après les adhésions à la rentrée de septembre 2019. On constate que 65 adhérents pratiquent la marche nordique régulièrement encadrés par une équipe de 10 animateurs bénévoles (2 animateurs nous ont rejoints : Dominique Gaboriaud et Pierre Bédikian).

16 adhérents ont participé à la course du Téléthon organisée par le club de Cuges les Pins en novembre 2019, leur participation a permis de récolter un don de 160 € en faveur du Téléthon .

A Gardanne l'urne qui a circulé, a permis de récolter 184 € cette année. Merci aux généreux donateurs.

Comme chaque année, de nouveaux parcours hors de Gardanne sont proposés aux adhérents, ces parcours font l'objet de reconnaissances systématiques. Il est important de souligner le sérieux et la motivation des animateurs dans ces recherches de parcours, ainsi que la qualité de l'animation et des conseils pédagogiques prodigués aux participants. En retour, nous sommes récompensés par l'assiduité dont font preuve la grande majorité de nos marcheurs nordiques, qui leur permet de progresser dans cette discipline sportive de plein air et d'en tirer des bénéfices pour leur santé.