



ATI ←————→ LÉ

LIGUE RÉGIONALE

LE PETIT JOURNAL DE LA MARCHE

Février 2021

Commission
Régionale
Marche
LANA



«Plaisir du sport»



«HE! Si je participais aux challenges Nouvelle-Aquitaine!»



Corinne BERTHON, CRM

MARCHE ATHLÉTIQUE



Cyril CHOLLET, CRM

MARCHE NORDIQUE

Même s'il suffit de mettre un pied devant l'autre, la Marche Athlétique et la Marche Nordique en compétition sont deux disciplines différentes. Elles vont cependant s'unir pour organiser un challenge de Marche Nouvelle-Aquitaine.

En 2021, la Commission Régionale de Marche (qui regroupe depuis 2020 la Marche Athlétique et la Marche Nordique en compétition) a émis l'idée d'organiser un événement sportif sous la forme de deux challenges et de rassembler ces deux disciplines lors d'un meeting annuel.

Ce challenge permettra non seulement de réunir les deux spécialités mais aussi de se retrouver dans des lieux différents de la région Nouvelle-Aquitaine.



Réaliser une compétition représente un petit challenge personnel. Mais lorsqu'il s'agit d'en faire plusieurs sur une même année, cela devient un vrai défi.

Les objectifs

- Trouver des clubs qui peuvent recevoir aussi bien la Marche Athlétique que la Marche Nordique en compétition
- Faire découvrir la Marche Athlétique et la Marche Nordique en compétition et expliquer la technique de ces deux disciplines à nos marcheurs «novices» inscrits dans nos clubs ou à ceux qui veulent se perfectionner
- Donner l'occasion de trouver un plaisir dans la marche quelque soit la distance
- Viser le cumul des épreuves et pas uniquement la performance
- L'essentiel est d'en faire un maximum et non de battre un record personnel sur chaque épreuve
- Se fixer un objectif sur le nombre d'épreuves réalisables. Ne pas brûler les étapes et être fier de réaliser son objectif

Participation

Le challenge Marche Athlétique est ouvert à tous les athlètes licenciés FFA de la Ligue d'Athlétisme Nouvelle-Aquitaine ainsi qu'à toutes les catégories d'âge (de Benjamins à Masters), en fonction de la distance à parcourir préconisée par la FFA.

Le challenge Marche Nordique en compétition est ouvert à tous les athlètes licenciés FFA de la Ligue d'Athlétisme Nouvelle-Aquitaine.

De plus, il faut être licencié Athlé Compétition ou Athlé Running ou Athlé Entreprise. Vous pouvez avoir également un Pass J'aime Courir ou une licence Athlé Loisir avec un certificat médical.

Retrouvez les résultats et les classements sur le site de la LANA : athlelana.com