

Vous êtes ici : Accueil > Article : Le footing sympa allonge la foulée

LAON

Le footing sympa allonge la foulée

Réagir
 Envoyer
 Imprimer

Depuis octobre 2003, mois de création de l'équipe ; l'esprit du footing sympa est resté simple puisqu'il s'agit toujours de courir à allure modérée en attendant les moins rapides, et ce dans la plus grande convivialité. Mais force est de constater que bon nombre d'adeptes sont devenus de vrais athlètes et ont sensiblement modifié la signification du mot modéré afin de permettre aux amis débutants qui reprennent une activité sportive et qui courent plus lentement, souvent pas plus d'une demi-heure, d'intégrer le groupe. Les plus aguerris démarreront une demi-heure avant le footing sympa officiel par un premier footing de 30 minutes à allure lente pour intégrer ces personnes avant de poursuivre sur le rythme habituel suite à une suggestion de Marie-Jo Vaubourg, membre de cette sympathique équipe. Performants sur le premier prix pédestre de Coucy Les Eppes ainsi que sur le cross de Cuirieux, les champions de l'association s'aligneront ce samedi 7 novembre au départ du cross de Tergnier. Pour le dimanche 8 novembre, Jean-Pierre Dine-Mouchet, le facilitateur a concocté pour le 145e footing un spécial piscine au Dôme. Rendez-vous sur le parking à 19 heures.



Agrandir la photo
 Courir à son rythme est de rigueur.

Haut de page

Article paru le : 5 novembre 2009

Envoyer cet article à un(e) ami(e) Imprimer cet article

> Articles sur la même localité

Les commentaires (0 commentaires)

» Tous les commentaires

Réagir à cet article

Login (Email) :

Mot de passe :

[Mot de passe oublié?](#)

Votre commentaire :

Mentions légales		Qui sommes-nous ?		Contactez-nous		<input type="text" value="Rechercher"/>
Actualités	Votre département	Communautés	Services	Petites Annonces	Groupe Hersant Média	
France/Monde	Mame	Forums	Agenda	Immobilier	L'est-éclair	
Economie	Ardennes	Publiez vos photos	Guide touristique	Automobile	Libération Champagne	
Champagne	Aisne	Visitez la galerie photos	Météo	Emploi	L'Aisne Nouvelle	
Politique		Proposez un événement	Concours	Emploi local	Paris Normandie	
Société	Vos villes	Communiquez vos infos	Programmes télé	Bonnes affaires	La Provence	
Faits divers / Justice	Reims		Gérez votre	Villégiatures	Nice Matin	
Culture & loisirs	Charleville-Mézières		abonnement papier	Passer une annonce	Corse Matin	
Sports	Laon		S'inscrire sur le site	Annonces légales	Var Matin	
Le Stade de Reims			S'abonner aux			
CSSA			newsletters			
			S'abonner aux alertes			
			actu			