

# 10 km PARCOURS NATURE VIRTUEL

## MARCHE NORDIQUE

Entre le 24 février et le 14 mars 2021, un parcours mesuré de 11 km sera matérialisé au départ du stade de foot de Saint Roch. L'arrivée se situera au même endroit, - stade de foot de Saint Roch -.

Le parcours et tous les kilomètres seront matérialisés par panneaux.

Toutes les personnes désirant effectuer ce parcours nature en marche nordique peuvent le faire mais sous leur entière responsabilité. Seuls, les performances des marcheurs et marcheuses licencié(e)s FFA seront prises en compte pour les différents classements :

- Un classement individuel féminin
- Un classement individuel masculin
- Un classement par équipe club mixte composée de 4 marcheurs licenciés - 2 hommes et de 2 femmes-. Plusieurs équipes d'un même club pourront être classées.

Pas d'inscription en individuel, mais il vous sera demandé, au préalable, d'inscrire votre ou vos équipe(s) auprès de Sylviane – [sylvianeg37@gmail.com](mailto:sylvianeg37@gmail.com). Après avoir effectué le parcours nature, chaque marcheur transmettra avant le lundi 15 mars, les renseignements suivants : - [sylvianeg37@gmail.com](mailto:sylvianeg37@gmail.com) -

- Nom - Prénom
- N° de licence FFA
- Chrono effectué
- Copie d'écran de la trace GPS

Ce parcours nature devra s'effectuer dans le strict respect des consignes sanitaires :

- dans l'espace public, la pratique auto-organisée comme encadrée par un club ou une association reste possible dans le respect du couvre-feu (retour au domicile avant 18 h maximum) et dans la limite de 6 personnes (coach compris)
- en groupe, le port du masque est obligatoire avant et après l'entraînement.

Les 3 premières féminines, les 3 premiers masculins et la 1<sup>ère</sup> équipe club seront récompensés. (en attente)