



Je participe à une randonnée populaire internationale

1- Comment savoir quand et où il y a des Marches populaires ?

Je ne connais pas encore le comité départemental : le site [www.marches-ardennes-meuse.fr](http://www.marches-ardennes-meuse.fr) m'informe.

Les médias régionaux peuvent parfois être un relai d'information. Je peux m'informer dans les offices de tourisme qui effectueront la recherche d'information.

2- A qui s'adressent les Marches populaires ?

A tout le monde : familles, groupes d'amis, marcheurs solitaires. La marche populaire n'est pas une compétition, elle initie au sport de façon douce, chacun à son rythme. La Marche populaire est conviviale. L'inscription à la marche vaut déclaration de bonne santé.

3- Comment trouver le départ de la marche ?

Un fléchage routier me guide vers le parking situé à proximité du lieu de départ. Le lieu d'inscription est signalé par des plaquettes jaunes.

4- Comment participer à une marche populaire ?

Pour participer à une Marche populaire il faut m'inscrire au point de départ où j'acquies ma licence de participation (2 €).

Je commence ma marche quand et comme je veux ; le ou les parcours sont fléchés à vue, il me suffit de choisir mon circuit et de suivre le balisage. Il n'y a pas d'heure de départ, ni de rythme imposé, je suis libre.

5- Pourquoi je paye ?

Chaque fois que je marche, je prends une licence, je suis ainsi assuré et tranquille pendant la manifestation. Ma licence me fait entrer, le temps de la manifestation dans la famille des marcheurs de la FFSP.

6- L'itinéraire et fléchage ?

Pas besoin de cartes, l'itinéraire est balisé à vue, je ne risque pas de me perdre Plâtre sur le sol, ou rubalise, aucune difficulté pour le suivre.

Un ou plusieurs itinéraires m'ont été proposés, j'ai fait mon choix, le premier fait au minimum 10 km, il est pour les familles, car grands parents et petits enfants peuvent enfin marcher main dans la main ! Les autres ont des kilométrages variables pour que les sportifs y trouvent leur bonheur.

7- Des postes pour ma sécurité ?

Je vais découvrir le long de l'itinéraire plusieurs postes qui assureront ma sécurité. Sur chaque poste on me propose gracieusement de l'eau, un petit quelque chose à grignoter.