



S P O R T E T S A N T E

Association loi 1901  
259, rue de Créqui - 69003 LYON  
Tél. : 04 78 60 56 66

Site Internet : <http://www.spes-lyon.fr/>

e-mail : [sport-et-sante@orange.fr](mailto:sport-et-sante@orange.fr)

Permanence : 18h00 à 19h30 le mardi, jeudi et ven

**GAZETTE DES ADHERENTS n° 26**

**Décembre 2017**

## **NORDICWALK in LYON le 8 octobre 2017**

Participant<sup>es</sup> : Christine, Colette, Nadine, Josiane, Christiane

Nous nous sommes donné rendez-vous à la sortie du métro « stade de Gerland » à 8 h. Christine est là pour remettre à chacune l'enveloppe contenant notre dossard et le bon pour les petits cadeaux.

Nous nous dirigeons vers les stands d'accueil, curieuses de la suite de l'évènement. La rumeur de la fête parvient déjà à nos oreilles. Nous sommes en avance et nous avons le temps de retirer chez Guidetti le tour de cou, et plus loin le tee-shirt et le gobelet souvenirs.

Il est déjà 9 H, c'est le moment de l'échauffement animé par le stand de la FFRP. Puis la représentante norvégienne de la marche nordique nous fait exécuter la danse des bâtons qui amuse bien la foule. Le sourire est sur tous les visages.

9 H 30 c'est le départ : nous sommes environ 800 joyeux participants pour l'épreuve des 13 km dans Lyon et tout le monde s'élance. Chacun a son rythme et son style, suivant que l'on soit débutant ou confirmé. Ce n'est pas l'idéal pour marcher car les pads caoutchouc glissent sur le bitume mouillé.

Nous rejoignons les rives du Rhône et remontons jusqu'à la place Bellecour pour traverser la Saône et rejoindre Saint-Jean où le ravitaillement nous attend. Le temps de nous alimenter et de faire quelques photos souvenirs, nous voici reparties direction la Confluence, là nous marchons mieux, l'accroche est meilleure.

Quelques participants très entraînés font une démonstration de leur savoir-faire, ce n'est pas inutile car nous constatons que, pour beaucoup, la marche nordique n'est



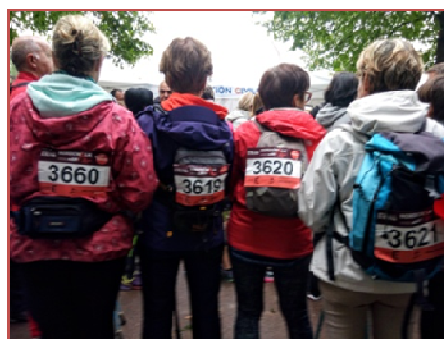
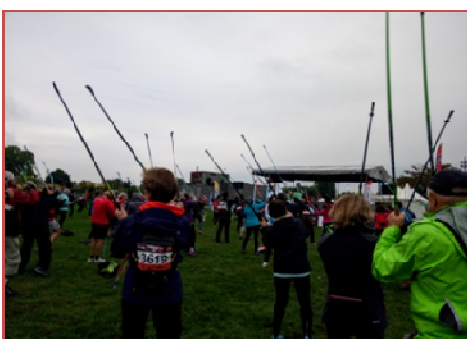
qu'une marche avec des bâtons. Et bien non, je peux vous le dire, cette marche pratiquée dans les règles de l'art est un vrai sport !

Nous voici de retour au stade, la fanfare des « Krapos » nous accueille joyeusement.

Nous avons fait nos 13 km en 2 h 30, ce qui est plutôt bien compte tenu de la pause ravitaillement et d'un départ un peu lent vu le nombre de participants.

L'année prochaine nous ferons mieux : 21 km en passant à la Croix-Rousse et surtout nous comptons représenter officiellement la SPES, il faudra être au moins 8 à 10 pour constituer un groupe. Donc, adhérents-marcheurs ... à vos bâtons !

Christiane



---

## UNE ANNONCE

Chères amies, chers amis,

Je vous informe que je quitterai mes fonctions de présidente après l'AG 2018. J'aurai alors assumé ce rôle pendant cinq ans. J'ai accepté de prendre des responsabilités et de travailler bénévolement pour promouvoir des activités, des valeurs, des idées. J'ai accompli ma tâche consciencieusement, avec entrain et bienveillance. Je me suis souvent posé des questions qui m'ont demandé beaucoup de recherches.

Ma satisfaction est de constater que notre association se porte bien.

Normalement, un président s'en va, un autre arrive ! Qui sera cet autre ? Je ne sais pas encore... Ce que je sais, c'est que tout le monde saura manifester sa reconnaissance à celui qui prendra la place. Etes-vous prêt(e)s à vous engager à votre tour, pendant le temps qu'il vous plaira, afin que vive la SPES ?

Gisèle PORTIER