

# Aisne

nouvelle

JEUDI 25 JUN 2020 - N° 12381 - 1,30 € - [www.aisnenouvelle.fr](http://www.aisnenouvelle.fr)

SAINT-QUENTIN

## Une marche nordique bientôt en ville

La marche nordique est à nouveau pratiquée et une épreuve aura lieu dans la ville de Saint-Quentin.

**D**imanche, les adeptes de la marche nordique ont repris leurs activités avec une épreuve spéciale confinement organisée par Ludovic Ponthieux le responsable de l'association ALM. Cette association organise des formations diverses, notamment dans le domaine du sport mais aussi du secourisme, la sécurité, le handicap, le coaching... « Nous organisons chaque mois une marche le dimanche matin au départ du parking de Décathlon. Aujourd'hui, compte tenu de la pandémie, nous avons limité le nombre de participants à 30 personnes, disposées en 3 groupes encadrés par un 1 responsable de notre association. Pas de compétition, chacun marche à son rythme. Une participa-



Les marcheurs ont repris le chemin des sentiers.

tion de 5 € pour les adultes et 2 € pour les enfants a été demandée », expliquait Ludovic Ponthieux.

La marche nordique est un sport assez physique quand il est pratiqué sur une cadence élevée. C'est un sport de plein air qui consiste en une marche accélérée avec des bâtons spécifiques. Catherine une

participante : « C'est très agréable de se retrouver par ce temps magnifique après le confinement, nous allons profiter quelques heures de la nature. »

L'association va organiser une marche à travers Saint-Quentin le 16 et 21 août. Les bâtons seront prêtés. —

Renseignements au 06 87 39 71 79.