

ESR Rando Marche Nordique

Objectif

Permettre aux personnes qui sont loin du sport de revenir vers une activité physique en douceur avec des encadrants diplômés

Description

L'association "rando marche nordique" a créé une section rando santé labellisée depuis 2022 adaptée aux personnes qui souhaitent reprendre une activité en douceur avec pour enjeu un effort mesuré, encadré et social. Deux sorties par semaine sont proposées avec les objectifs de sortir, bouger, faire une activité en groupe.

« Depuis sa création la section rando santé a été labellisée en 2022 et nos effectifs sont en forte hausse ! »