

Qui sommes-nous ?

Le Nordic walking à Marly et la Société de Gymnastique

1^{er} CENTRE REGIONAL FRIBOURGEOIS DE FORMATION à la marche nordique.

Bougez pour votre santé, bougeons ensemble !

La Société de Gymnastique de Marly a introduit ce nouveau sport santé au mois d'avril 2003. Plus de 80 personnes ont été initiées en 2003 et 450 en 2004/05. A la fin 2012, nous arrivons à un total d'environ 1'000 personnes formées à la marche nordique. Un succès sans précédent.

Résultat d'une organisation rodée avec 6 moniteurs/trices performants, aidés par 20 aides-moniteurs/trices tout aussi performants. Une équipe organisée, dynamique et motivée, voilà la clé de notre succès.

Ces nordic walkers ont par la suite eu la possibilité de continuer à s'entraîner jusqu'à deux fois par semaine (mardi et jeudi) en découvrant la région de Marly et environs avec des moniteurs formés par Allez-hop et Ryffel Running et DWI (Deutsche Walking Institut). Chaque semaine, le parcours est changé et l'entraînement a lieu par tous les temps durant toute l'année.

Des cours et des rencontres sont proposés durant la journée et en soirée.

Les rencontres sont réservées aux personnes ayant suivi une formation de base en Nordic Walking.

