

# FLMP Fédération Luxembourgeoise de Marche Populaire

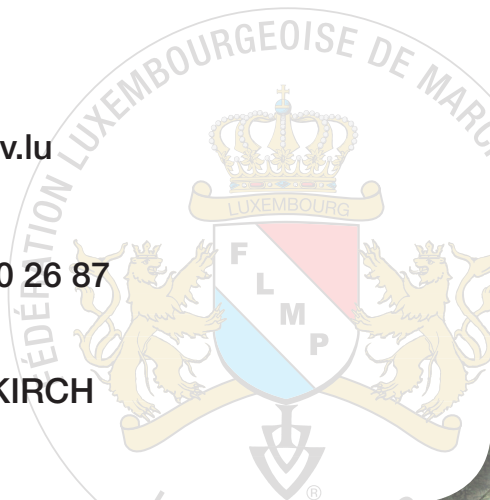
## Renseignements

Internet: [www.flmp-ivv.lu](http://www.flmp-ivv.lu)

Email: [flmp@pt.lu](mailto:flmp@pt.lu)

Tél.: (+352) 691 30 26 87

Adresse postale: B.P. 56  
L- 9201 DIEKIRCH



# FLMP

Fédération Luxembourgeoise de Marche Populaire asbl



N° registre de commerce : F1749

Membre du Comité Olympique et Sportif Luxembourgeois (COSL)  
Membre de la Fédération Internationale des Sports Populaires (IVV)  
Membre de la Fédération Européenne des Sports Populaires (EVV)



B. P. 56 - L-9201 Diekirch - Internet: [www.flmp-ivv.lu](http://www.flmp-ivv.lu) - e-Mail: [flmp@pt.lu](mailto:flmp@pt.lu) - GSM: 691 302 687  
compte bancaire N°: CCPLULL LU90 1111 0469 4089 0000



*Wandert mit an der Natur  
Die Natur kennenlernen durch aktives Wandern  
Participez à nos randonnées*



# Informations pour MARCHEURS DEBUTANTS

*Les quelques informations suivantes servent à faire connaître notre activité sportive aux nouveaux marcheurs.*

## Qui peut participer aux marches IVV au Luxembourg?

Chaque personne intéressée peut participer à ces marches sans obligation d'être membre d'un des nombreux clubs affiliés à la Fédération Luxembourgeoise de Marche Populaire (FLMP). Tout le monde, jeunes, adultes et personnes âgées sont les bienvenus, la marche est un sport « populaire » pour tous.

Si on veut devenir membre d'un club, on a le choix parmi 47 clubs répartis sur tout le pays, pour ainsi profiter de l'assurance que l'Etat a contracté pour les fédérations, les clubs affiliés et leurs membres.

## Les marches

La marche est une des activités les plus populaires de notre pays; les dernières années plus de 75.000 personnes ont participé en moyenne aux 70 marches annuelles.

Les distances offertes sont 5, 10, 20 et parfois 42 km, ainsi chacun a la possibilité de choisir lui-même la distance en fonction de sa condition physique. Les marches ont lieu normalement les week-ends. Les départs ont lieu entre 7 et 14 heures, chacun peut, dans ces délais, choisir son heure de départ et décider lui-même dans quel temps il veut réaliser le parcours. Il n'y a pas de compétition.

Les parcours sont soigneusement balisés et des points de contrôle sont installés le long du parcours, où sont offerts gratuitement aux marcheurs thé ou soupe pour se désaltérer.

## Départ et arrivée

Les points de départ et d'arrivée dans une localité sont normalement les centres sportifs et culturels, dont le chemin d'accès est clairement indiqué par des pancartes IVV. Ici le marcheur reçoit au prix de 1,50 € sa carte de départ.

A l'arrivée, le marcheur peut manger une petite collation et passer quelques heures agréables en compagnie d'autres marcheurs.

## A l'arrivée, le marcheur peut faire valider ses prestations:

- dans un carnet de participation (nombre de participations)
- dans un carnet de kilométrage (nombre de kilomètres parcourus)

Ces carnets sont disponibles à toutes les organisations IVV (prix actuel: 4,50€) et sont à remettre à l'adresse ci-dessous après avoir atteint la tranche prévue.

Le premier carnet est offert gratuitement sur demande, ceci uniquement pour les marcheurs habitant le Grand-Duché de Luxembourg.

## Informations supplémentaires

Il y a possibilité de se procurer aux lieux de départ un calendrier annuel des différentes marches au prix de 2€. Les marches sont également annoncées dans la presse ou peuvent être consultées sur la page internet de la FLMP.

Informations supplémentaires:

**www.flmp-ivv.lu**

**Courriel: flmp@pt.lu**

**Tél.: (00352) 691 30 26 87**