l'arcachonnaise, c'est fait

Posté par:
sur 18 Nov, 2026
Catégorie : Divers

bonjour, dimanche je me suis donc levée tôt pour me rendre à Arcachon(150kms de DAX)temps prévu :bon...ce qui est à remarquer cette année!!!

bon accueil au PC course, bonne ambiance festive!!!

remise dossards et une puce pour être chronométrée...départ sous le soleil et retour sous le grand soleil.
Course de 8kms et 4kms et une marche sportive de 4kms....
Evidemment je suis la seule avec les batons de marche et je suis assez questionnée sur la pratique. Des qolibets bien sur: y a pas de neige, t'as oublié les skis...mais c'est la franche rigolade!!!!mais comme la fin était sur le sable j'avoue que j'étais plutot fière de moi!!!!
J'ai fait de la pub auprès des femmes très intéressées par ce mode de marche qui réduit la fatigue et les ennuis articulaires...
les résultats, j'ai fait le parcours en 35mn 50...donc du 6,680kms /h..pour moi je suis super heureuse du résultat...une fleur pour toutes à l'arrivée....
je referai l'année prochaine..il existe "la bordelaise", "la toulousaine", et "la paloise". Je prévois la paloise en octobre s'il y a aussi une marche sportive.