



## WALKING FOOT

Le foot en marchant ou « **Walking Foot** » se développe actuellement dans toute la France.

Cette pratique permet de continuer à pouvoir s'épanouir dans le football sans pour autant y retrouver l'esprit compétitif et ses contraintes, mais d'y découvrir plutôt un loisir qui reste malgré tout très encadré (licences, règles de jeu, entraînements/matches).

### **Le foot en marchant : un atout au sein de votre club**



#### Objectifs :

- Proposer une pratique accessible à tout le monde (sportif ou non, homme ou femme, jeune ou moins jeune...).
- Proposer une activité en fonction de ses installations (herbe, gymnase, city-stade...).
- Augmenter le nombre de licenciés Foot Loisirs et avoir un public plus diversifié au sein de vos clubs.
- Apporter de la convivialité, renforcer les liens entre les bénévoles, les parents, les adhérents lors de moments de partage et d'échange.

#### But :

- Créer plusieurs équipes de Foot en Marchant dans le Calvados
- Créer des rencontres/plateaux par secteur à l'avenir

Le foot en marchant est **une source de bienfaits**, notamment dans l'optique du sport/santé. Il peut ainsi être ouvert à un grand nombre de personnes, hommes/femmes confondus et sans limites d'âge.

Voici un aperçu du « Walking Foot » en vidéo :

[https://www.youtube.com/watch?v=znNX\\_WrgMQU&feature=emb\\_title](https://www.youtube.com/watch?v=znNX_WrgMQU&feature=emb_title)

[https://www.youtube.com/watch?time\\_continue=117&v=O-khYQxhVec&feature=emb\\_logo](https://www.youtube.com/watch?time_continue=117&v=O-khYQxhVec&feature=emb_logo)