



↳ **Parcours :** **Marche pour tous**, allure libre, seul, en famille, entre amis....
En liberté !

↳ **Distance :** 10 km

↳ **Participants :** Pas de limite d'âge, les enfants de moins de 10 ans doivent être accompagnés.
Nos amis les chiens doivent être tenus en laisse.

**La nature est belle, c'est un patrimoine que nous empruntons à nos enfants.
sachons respecter ce trésor ainsi que la propriété d'autrui !**

↳ **Départ / Arrivée :** Syndicat d'Initiative
22 Rue Raspail 13170

↳ **Parking :** Parking Tino ROSSI (43.408982 / 5.310493)

↳ **Horaires :** libres à partir de 9h jusqu'à 12h00,
Arrivée : dernier retour : 16h00

↳ **Participation sans souvenir :** 3€ / marcheur
(licence fédérale) Couverture MAIF.
6€ par famille
Enfants moins de 10 ans doivent être accompagnés

↳ **Inscription :** La licence de participation FFSP délivrée au départ et portant les timbres de contrôle, donne droit aux tampons IVV sur les carnets internationaux disponibles au retour

*Carnet International de participation offert
à la 1ère Marche Populaire effectuée*

Imprimé par nos soins

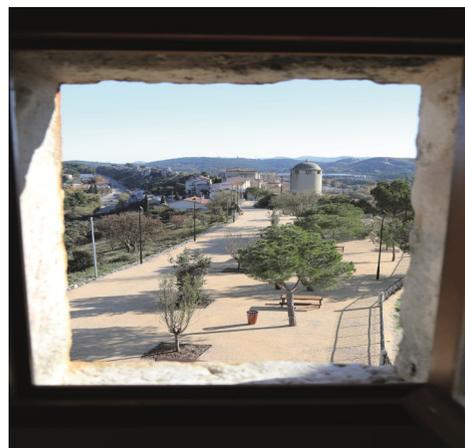
↳ **Ravitaillement :** boisson et régénérant offerts au poste 1

↳ **Santé :** L'inscription à la marche vaut déclaration de bonne santé, mais **n'hésitez pas au moins 1 fois dans l'année, à vous faire contrôler auprès de celui qui vous connait le mieux : votre médecin !**

↳ **Assurance :** LA FFSP est garantie en RC auprès de MAIF, mais le S.I. décline toute responsabilité en cas de maladie, accidents ou vol.

↳ **Secourisme :** Urgence : 112
1° secours : sur le parcours : J. PALMESANI

↳ **Contact sécurité :** 06.29.61.03.96



**La Marche aura lieu par tous les temps
Sauf arrêté municipal ou préfectoral.**

*Il est demandé de ne pas quitter le chemin fléché ou balisé,
en cas de dégâts, la responsabilité des contrevenants
serait engagée.*

Ne pas fumer ni allumer de feu sur le parcours

9ème Marche Populaire Internationale du Moulin



www.ffsp.fr contact@ffsp.fr
Facebook.com/ivv.france

Samedi 4 Mai 2024

Fédération Française des Sports Populaires

Reconnue d'utilité publique N° 012156 du 02 août 2001
Agrément ministériel du 20 juin 2006



Partenaires de la FFSP



Merci de ne pas jeter sur la voie publique !

le Réseau FFSP Provence-Pays d'Aix et le SI des Pennes Mirabeau

Totale liberté, maxi tranquillité, Vivez le retour du printemps

- Balisage bleu à vue et poste de contrôle.
- Randonnons en sécurité, en famille, entre amis, seul.....
- Chacun à son rythme, en s'amusant !....
- 10 km difficulté moyenne (être bien chaussé et surveiller les enfants sur le versant sud : un passage en bordure de crête).
- Sans esprit de compétition.
- Ne pas fumer et allumer de feux sur le parcours
- Enfants de-10 ans accompagnés
- Vente de la farine du moulin au Syndicat d'Initiative
- Porte ouverte du Moulin

2024 : 13 Marches Populaires en Pays d'Aix

14 Avril : La Roque d'Antheron
20 Avril : Saint Cannat
04 Mai : Les Pennes Mirabeau
19 Mai : La Roque d'Antheron
01 Juin : Gréasque
15 Octobre : Fuveau
03 Novembre : Rognes
08 Décembre : Lambesc



le site : ffsp.fr



L'adresse : contact@ffsp.fr



L'info : Syndicat d'Initiative ☎ : 04 42 02 55 14

Contact : J. PALMESANI si.lespennesmirabeau@free.fr

La rando pour tous, le Pays d'Aix en plus !

Marchez sur un terroir d'excellence

Soyez FFSP !.....



Imprimé par nos soins
transhumance lors de la

1 Journée de sentier = 1 semaine de santé

