

La vie associative à la MVA



« Les Audax » avec Joëlle JACQUEMIN

- Description de l'activité
 - Origine de l'association
 - Participations caritatives
 - Membres du bureau
- Historique de l'Audax
 - Bienfaits de la marche d'endurance
 - Récompenses

Éclats d'Assos vous invite à découvrir l'association les Audax présidée par Joëlle Jacquemin accompagnée par Jean-Pierre Gérard.

Difficile d'évoquer la marche d'endurance sans évoquer la marche Audax dont l'éthique est « la performance » et non la compétition.

Affilié à l'association Nancéienne, le club Audax de Neuves-Maisons vous accueille avec plaisir pour vous faire découvrir cette discipline qui allie le sport à la convivialité 😊.

Description de l'activité

La marche Audax se définit comme une épreuve de régularité et d'endurance, à allure imposée, conduite et contrôlée par des capitaines de routes régulant la vitesse du groupe à 6 km/h. Ce type de marche ne se résume pas à pratiquer un exercice physique d'endurance, c'est surtout le réaliser ensemble de manière solidaire, les plus forts aidant les autres à atteindre le but.

D'ailleurs, cette discipline possède une philosophie bien à elle: « Partir ensemble, arriver ensemble ». Pour cela, le capitaine de route fait stopper le groupe 300 m avant l'arrivée afin d'attendre tout le monde.

Les brevets Audax pédestres sont des épreuves homologuées se déroulant sur des distances de 25, 50, 75, 100, 125, 150 ou 200 Km.



Origine de l'association

L'association a été fondée en 2002 sur Neuves-Maisons. Joëlle JACQUEMIN en est la Présidente depuis 2015.

De nombreux brevets ont déjà été organisés au départ de la ville rassemblant 6 ou 7 adhérents Néodomiens. Des passionnés de tout le département se joignent à eux pour découvrir les plus beaux paysages du territoire repérés par Jean-Pierre GÉRARD, le Président d'honneur. Actuellement la moyenne d'âge des participants est de 62 ans environ. Ouverte à tout public, cette activité nécessite d'être endurants et d'avoir une forme physique certaine.

Participations caritatives

- 1^{er} dimanche de janvier : marche en faveur de la lutte contre le cancer. Les bénéfices sont reversés à l'association de la ligue contre le cancer siégeant à Vandoeuvre-Les-Nancy.
- 2^{ème} ou 3^{ème} dimanche d'octobre : marche en faveur d'Octobre Rose.
- Un projet de marche contre la maladie d'Alzheimer est prévu.



Membres du bureau

Présidente : Joëlle JACQUEMIN

Président d'honneur : Jean-Pierre GÉRARD

Secrétaire : Pascal BOUVIER

Trésorier : François NEDEY



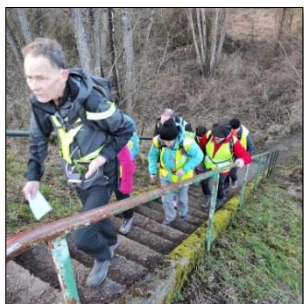
Historique de l'Audax

Le 12 juin 1897, 12 cyclistes Italiens tentaient à vélo le raid Rome-Naples (230 km), entre le lever et le coucher du soleil. Neuf réussirent. Leur tentative fut qualifiée « d'audacieuse », d'où le nom latin « audax ». Ceci donna lieu à de nombreuses sorties en groupe et contribua ainsi à la naissance du mouvement cyclotouriste en Europe.

En 1904, **Henri DESGRANGE**, déjà père du Tour de France, séduit par cette formule et voulant relancer le grand tourisme sportif, importe ce type de randonnée en France et crée les Audax Français (UAF) à Paris. Le 3 avril a lieu le premier brevet de 200 km cycliste puis le 26 juin celui de 100 km de marche.



À ce jour, l'UAF regroupe 80 associations en France qui elles-mêmes ont fédéré des centaines de Club comme celui de Neuves-Maisons. **En 2018**, ce ne sont pas moins de 350 épreuves de marche qui seront organisées sur des distances variant de 25 à 200 km.



Bienfaits de la marche d'endurance

Cette pratique exclut tout esprit de compétition mais chaque membre cultive pour autant une véritable hygiène mentale et physique afin d'être en mesure de boucler à pied des distances pouvant aller de 25 à 200 km.

- Elle procure des moments de bien-être.
- Elle contribue à améliorer la confiance en soi et permet de se dépasser.
- Elle est riche en convivialité.
- Elle participe à créer des liens amicaux. Elle permet de profiter de magnifiques paysages dans tout le département.



Récompenses

Des « aigles » de bronze, d'argent et d'or dans chaque discipline sont attribués aux participants qui couvrent toutes les distances exigées.



Exemple d'aigle en bronze

Recevoir ces récompenses apporte aux adhérents une certaine fierté, un mérite reconnu et valorise leur pugnacité.



Rencontre avec Joëlle JAQUEMIN

Ma rencontre avec Joëlle fut très agréable. Son dynamisme, son sourire et sa joie de vivre définissent pleinement son investissement en tant que Présidente des Audax à Neuves-Maisons. **Jean-Pierre GÉRARD**, Néodomien et Président d'honneur de l'association s'attache avec ardeur à faire découvrir cette discipline aux habitants de la ville.

Plus qu'un groupe d'amoureux de la marche, c'est une famille de passionnés qui aiment se retrouver.

Depuis la création de « l'Union des Audax Français, l'UAF à Paris » (lien page Facebook, QR code ci-dessous), cette discipline n'a cessé de prospérer. C'est ainsi qu'en lien avec l'association Nancéienne, Neuves-Maisons créa son groupe « **Les Audax** ». Plusieurs brevets (25 ou 50 km) sont alors proposés dans l'année rassemblant quelques habitants de la commune ainsi que des personnes venant de tout le département, ceci contribuant à multiplier les nouvelles rencontres.

Des parcours divers repérés par Jean-Pierre, des magnifiques paysages, une convivialité à toute épreuve, voilà ce que vous propose l'association des Audax.

Vous êtes intéressés ? Alors n'hésitez pas et contactez Joëlle JACQUEMIN ou Jean-Pierre GÉRARD, ils vous guideront dans la marche à suivre.

Contact :

Email : joelle.jacquemin@laposte.net

Téléphone: Joëlle : 06 23 36 50 32

Téléphone Jean-Pierre Gérard : 06 66 00 12 35



Audax Nancy Lorraine



Union des Audax Français