

ADHÉRER À LA FSGT C'EST :

- Rejoindre près de 300 Clubs sur le département
- Pratiquer tous les sports possibles avec une seule licence
- Etre acteur de sa pratique, force de propositions dans un cadre non figé et participatif
- Bénéficier de formations et reconnaissances
- Participer à des échanges et rencontres, en France ou à l'International
- Souscrire à une assurance qui couvre le Club et ses licenciés pour une pratique multi sportive



NOUS CONTACTER :

Tél : 05.34.36.12.40

Mail : accueil@31.fsgt.org

Site Internet : www.fsgt31.fr

Facebook : <https://www.facebook.com/FSGT31>

Adresse : 10 Boulevard Marcel Dassault
31770 Colomiers

 Tél :

 Mail :

LE WALKING FOOT OU FOOT EN MARCHANT

Le Foot en marchant s'adresse principalement à un public de 50 ans et plus. Il est mixte, accessible à tous.

Le Walking Foot est la solution dans la recherche d'une activité physique régulière dans un cadre de prévention de santé et de bien être, de cohésion sociale et de plaisir.

Les anciens footballeurs y retrouvent le plaisir du jeu car ici le jeu dépasse l'enjeu



REGLES :

- Obligation de marcher (interdiction de courir avec ou sans ballon)
- Absence de contact avec l'adversaire
- Maintien du ballon à terre (tolérance jusqu'à la hanche)
- Ces règles sont liées aux objectifs d'accessibilité (qu'on ait été footballeur ou pas, qu'on puisse encore courir ou pas) et de prévention (déconnexion des principaux facteurs accidentogènes).
- Autoarbitrage

WALKING FOOT



**POUR UN MAINTIEN DU
CAPITAL SANTÉ !**

