

## **VÉNISSIEUX-FEYZIN Courir seulement pour le plaisir avec l'Association feyzinoise d'athlétisme**

« Au tout début de sa création, ce sont quelques mamans qui rouillaient au stade en attendant que leurs enfants terminent leurs cours, que les dirigeants de l'Association feyzinoise d'athlétisme (AFA) ont convaincus de prendre un peu de temps pour elles », explique Jean-Louis Perrin, le président du club.

Cette saison, un groupe s'est constitué, il est composé de 20 à 35 personnes, dont une très grande majorité de féminines. C'est Corinne Dols qui s'occupe aussi au club de la section marche nordique. Elle a aussi en charge de développer ce collectif.

### **« Un accompagnement ainsi qu'un suivi sur-mesure »**

« Dans ce groupe, il y a vraiment des débutantes, des personnes qui veulent courir pour le plaisir et sans trop forcer, et aussi des personnes qui ont fait les 5 km de Caluire. Elles s'entraînent sur la piste du stade Jean-Bouin de Feyzin ou quelques fois, nous effectuons une boucle hors stade. Je leur propose un accompagnement ainsi qu'un suivi sur-mesure orienté sur une pratique bien-être, et non compétitive. Mais



■ Le groupe est composé en grande majorité de féminines. Photo Carlos Soto

avec des ateliers très spécifiques, ainsi que l'apprentissage des fondamentaux : échauffement, étirements, travail technique, récupération. L'objectif commun est de tenir un 10 km en fin de saison, en continu ou fractionné. Il n'est pas question de chrono », conclut Corinne Dols.

« Je suis déjà dans le club avec

la marche nordique, je voulais tester la course à pied, mais pas seule, et surtout avec mes copines. Je ne ferai jamais de compétitions. Je veux juste rester en forme », confie l'une des participantes. ■

Contact : AFA Feyzin-Vénissieux.  
5, rue Jean-Bouin. 69320 Feyzin.  
Tél. 04 78 70 81 08.

Mail : [afafeyzin@free.fr](mailto:afafeyzin@free.fr)

# 130 €

C'est le prix de l'adhésion pour les Feyzinois. Elle est de 160 € pour les Vénissiens et les externes, pour deux entraînements par semaine. Dans ce prix sont compris le maillot du club et les inscriptions à des courses du challenge des 4 saisons (Vénissieux, Corbas, Saint-Priest et Saint-Symphorien-d'Ozon).