Office Municipal des Sports

78200 - MANTES-LA-JOLIE
Tél 06 51 02 99 86

RÉGLEMENT 2025

Suite à la réunion du 10 Octobre 2024

- Insistons sur la politesse, la sécurité, le respect du code de la route et respect des contraintes sanitaires du moment
- marches de nuit (gilets fluos et lampes obligatoires)
- radios interdites chiens en laisse autorisés ou non (bien stipuler sur l'invitation)
- inscriptions des marches du dimanche : 4€ (20 km ou 10 km) 2€ (5 km)

20 km - départ 7 H 15
 souhaitons l'arrivée des marcheurs pour 7 Heures
 casse-croûte 9 H 15 au plus tard

- 10 km départ 8 H 30 rendez-vous au même endroit que les 20 km, casse-croûte à mi-parcours
- 5 km départ (vers 10 H) avec la 2^{ème} boucle du 10 km (convocation 9 h 45)
 pas de casse-croûte (uniquement pot à l'arrivée)
- invitations : minimum 15 jours avant la date de la marche, plus précisions sur le lieu de départ (n° et nom de la rue) pour éviter les confusions + éventuellement coordonnées GPS
- ne pas oublier les toilettes pour les dames
- retour vers 11 H 30 au plus tard
- prière de ne pas fumer pendant les marches
- cadence des marcheurs : ne pas décourager les jeunes et nouveaux marcheurs mais, souhaitons faire la distance prévue (5 km/h conseillé pour les 20 km) (4,5 km/h conseillé pour les 10 km)
- éviter les parcours marécageux, prévoir un itinéraire "route" en cas de pluie
- ne pas dépasser le Capitaine de route, prévoir le Capitaine d'arrière (capitaine = gilet fluo)
- convivialité souhaitée
- règlement spécifique pour les grandes distances
- annulation conseillée de la marche en cas d'alerte orange ou rouge (voir site de météo France)
 Bonne saison à tous.

Prochaine Réunion : le jeudi 09 octobre 2025 à 18 H 30

Pour toutes réclamations, s'adresser à :

Monsieur Bernard THUET

Président de l'OMS de Mantes la Jolie
20 square du Mantois
78200 - MANTES-LA-JOLIE

🥘 : 06 51 02 99 86

Email: bernardthuet@free.fr

CALENDRIER DES MARCHES – ANNÉE 2025

٠,		rsio			_
\/	Δ	re	ın	n	
v	C	J	ı		•

Version 3	
05 JANVIER 2025 12 JANVIER 2025 19 JANVIER 2025 26 JANVIER 2025	LIBRE LIBRE 57 ^{ème} AS MANTES (<i>organisation</i> AS MANTES Pédestre) - Fontenay Mauvoisin – 20, 10 & 5 km 88 ^{ème} PARIS –VERSAILLES–MANTES 54 km (<i>organisation</i> AS MANTES) + BEYNES - MANTES 38 km + MAULE - MANTES 22 km + JUMEAUVILLE - MANTES 12 km
02 FÉVRIER 2025 09 FÉVRIER 2025 16 FEVRIER 2025 23 FEVRIER 2025	LIBRE LIBRE LIBRE LIBRE
02 MARS 2025 09 MARS 2025 16 MARS 2025 23 MARS 2025	47 ^{ème} ALJ LIMAY (+ fête des mamies) Centre de Loisirs - 20, 10 & 5 km ASLC MARCHE FLINS -Place Ch De Gaule -(<i>Allure libre</i>) 20, 15, 10 & 5 km (Hors Calendrier) 25 ^{ème} GUERVILLE MARCHE PROMENADE - Salle des Fêtes de Fontenay-Mauvoison - 20, 10 & 5 km LIBRE
06 AVRIL 2025 13 AVRIL 2025 20 AVRIL 2025 PÂQUES 27 AVRIL 2025	LIBRE <i>ou Marche pour Chloé (hors Calendrier)</i> 51 ^{ème} ISSOU - Salle des Fêtes – 20, 10 & 5 km LIBRE 46 ^{ème} CO GARGENVILLE - Salle Polyvalente - 20, 10 & 5 km
Je.1 ^{er} MAI 2025 04 MAI 2025 11 MAI 2025 18 MAI 2025 25 MAI 2025	LIBRE LIBRE LIBRE ES MAGNANVILLE (marche supplé.) Salle Polyvalente - 20, 10 & 5 km LIBRE
01 JUIN 2025 DIM. ASCEN 08 JUIN 2025 PENTECÔTE 15 JUIN 2025 22 JUIN 2025 29 JUIN 2025	LIBRE 31 ^{ème} AJSL MÉZIÈRES - Salle des Fêtes Arc en ciel - 20, 10 & 5 km LIBRE LIBRE LIBRE LIBRE
07 SEPTEMBRE 2025 14 SEPTEMBRE 2025 21 SEPTEMBRE 2025 28 SEPTEMBRE 2025	LIBRE 51 ^{ème} ES MAGNANVILLE - Salle Polyvalente - 20 , 10 & 5 km LIBRE 46 ^{ème} BOUGAINVILLE SPORTS - Vienne-en-Arthies - 20 , 10 & 5 km
05 OCTOBRE 2025 12 OCTOBRE 2025 19 OCTOBRE 2025 26 OCTOBRE 2025	44 ^{ème} LES AMIS d'HANNEUCOURT - Salle Polyvalente à Gargenville Organisation CO Gargenville - 20, 10 & 5 km Rando des Châtaignes (hors calendrier) LIBRE LIBRE
02 NOVEMBRE 2025 09 NOVEMBRE 2025 16 NOVEMBRE 2025 23 NOVEMBRE 2025 30 NOVEMBRE 2025	LIBRE LIBRE Marche d'Automne de Mantes (organisation AS MANTES Pédestre) 20 km et 10 km - Salle des Iles de l'ile l'aumône LIBRE LIBRE
07 DÉCEMBRE 2025 14 DÉCEMBRE 2025	ALJ LIMAY (marche supplém Téléthon) - Centre de Loisirs - 20, 10 & 5 km LIBRE