

## RÈGLEMENT 2026

Suite à la réunion du 09 Octobre 2025

- 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  
**maxi**    - 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) souvent avec la 2<sup>ème</sup> 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 08 octobre 2026 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](mailto:bernardthuet@free.fr)

## CALENDRIER DES MARCHES – ANNEE 2026

Version 2

04 JANVIER 2026 11 JANVIER 2026 18 JANVIER 2026  25 JANVIER 2026	LIBRE LIBRE 58 <sup>ème</sup> AS MANTES ( <i>organisation AS MANTES Pédestre</i> ) - Fontenay Mauvoisin – <b>20, 10 &amp; 5 km</b> 89 <sup>ème</sup> PARIS –VERSAILLES–MANTES <b>54 km</b> ( <i>organisation AS MANTES</i> ) + BEYNES - MANTES <b>38 km</b> + MAULE - MANTES <b>22 km</b> + JUMEAUVILLE - MANTES <b>12 km</b>
01 FÉVRIER 2026 08 FÉVRIER 2026 15 FEVRIER 2026 22 FEVRIER 2026	LIBRE LIBRE LIBRE 26 <sup>ème</sup> GUERVILLE MARCHE PROMENADE - Salle des Fêtes de Sénneville - <b>20, 10 &amp; 5 km</b>
01 MARS 2026 08 MARS 2026  15 MARS 2026 22 MARS 2026 29 MARS 2026	LIBRE ASCL MARCHE FLINS -Place Ch De Gaule -( <i>Allure libre</i> ) <b>20, 15, 10 &amp; 5 km</b> ( <i>hors Calendrier</i> ) LIBRE 47 <sup>ème</sup> ALJ LIMAY Centre de Loisirs - <b>20, 10 &amp; 5 km</b> LIBRE <i>ou Marche pour Chloé (hors Calendrier)</i>
05 AVRIL 2026 PÂQUES 12 AVRIL 2026 19 AVRIL 2026 26 AVRIL 2026	LIBRE 52 <sup>ème</sup> ISSOU - Salle des Fêtes – <b>20, 10 &amp; 5 km</b> LIBRE 47 <sup>ème</sup> CO GARGENVILLE - Salle Polyvalente - <b>20, 15, 10 &amp; 5 km</b>
Ve. 1 <sup>er</sup> MAI 2026 03 MAI 2026 10 MAI 2026 17 MAI 2026 DIM. ASCEN 24 MAI 2026 PENTECÔTE 31 MAI 2026	LIBRE LIBRE LIBRE LIBRE LIBRE LIBRE
07 JUIN 2026 14 JUIN 2026 21 JUIN 2026 28 JUIN 2026	32 <sup>ème</sup> AJSL MÉZIÈRES - Salle des Fêtes Arc en ciel - <b>20, 10 &amp; 5 km</b> LIBRE LIBRE LIBRE
06 SEPTEMBRE 2026 13 SEPTEMBRE 2026 20 SEPTEMBRE 2026 27 SEPTEMBRE 2026	LIBRE 52 <sup>ème</sup> ES MAGNANVILLE - Salle Polyvalente - <b>20, 10 &amp; 5 km</b> LIBRE 47 <sup>ème</sup> BOUGAINVILLE SPORTS - Vienne-en-Arthies - <b>20, 10 &amp; 5 km</b>
04 OCTOBRE 2026  11 OCTOBRE 2026 18 OCTOBRE 2026 25 OCTOBRE 2026	45 <sup>ème</sup> LES AMIS d'HANNEUCOURT - Salle Polyvalente à Gargenville Organisation CO Gargenville - <b>20, 15, 10 &amp; 5 km</b> Rando des Châtaignes ( <i>hors Calendrier</i> ) LIBRE LIBRE
01 NOVEMBRE 2026 08 NOVEMBRE 2026 15 NOVEMBRE 2026  22 NOVEMBRE 2026 29 NOVEMBRE 2026	LIBRE LIBRE Marche d'Automne de Mantes ( <i>organisation AS MANTES Pédestre</i> ) <b>20 km et 10 km</b> - Salle des Îles de l'île l'aumône LIBRE LIBRE
06 DÉCEMBRE 2026 13 DÉCEMBRE 2026	ALJ LIMAY ( <i>marche supplém Téléthon</i> ) - Centre de Loisirs - <b>20, 10 &amp; 5 km</b> LIBRE