

## Yvré-l'Évêque

### De l'enthousiasme à la randonnée de nuit



*Une partie de l'équipe au départ de la randonnée au parc Jean-du-Bellay.*

PHOTO : OUEST-FRANCE

Depuis septembre, l'association Chemin en Yvré propose deux nouvelles activités : la marche nordique et le bungy-pump (ou bâton dynamique). Ce dernier permet de travailler l'effort sur l'ensemble du corps et qui aide à une meilleure posture.

« Nous avons 165 licenciés, dont 50 qui pratiquent la marche nordique ou le bâton dynamique. Nous faisons entre cinq et six sorties de nuit dans l'année, et des sorties plus ou moins longues dans la journée, les mardis, jeudis et dimanches. Le site de Chemins en Yvré renseignera les aspirants randonneurs », précise le président de Chemins en Yvré, Bertrand Doucet.

Vendredi, la trentaine de randonneurs était ravie de participer à la marche de deux heures, au départ du parc Jean-du-Bellay. Christine Limal, l'animatrice diplômée est présente avec ses conseils sur ce procédé.

Daniel Lachambre était le guide de nuit de cette marche. C'est l'encyclopédie des circuits du département, sourient ses confrères et consœurs. « La nuit, on entend des choses que l'on n'entend pas le jour. Les sensations et les odeurs ne sont pas les mêmes. C'est une autre vision et quand le sol est clair, on éteint les frontales », s'émerveille le pilote du groupe.