

Programmes spéciaux de la FCV

Voici juste un petit rappel cette fois. Les programmes « Murales » et du « Sentier transcanadien » se terminent le 31 décembre, alors n'oubliez pas d'envoyer votre carnet de timbres dûment rempli, accompagné de 5 \$, au bureau de la FCV. L'adresse actuelle est le 251, rue Bank, suite 604, Ottawa (Ontario) K2P 1X3.

Les quatre nouveaux programmes, Promenades (en bois, composite ou métal), Canadiens célèbres, Marchez 100 et Festivals sont maintenant disponibles sur le site Web de la FCV : www.walks.ca. Téléchargez la feuille de timbres Promenades et Canadiens célèbres à partir du site Web. Pour commander les carnets de timbres pour Marchez 100 et/ou Festivals, téléchargez le bon de commande et envoyez-le avec 5 \$ chacun au bureau de la FCV. La marche 100 est une marche de 100 Volkssport, faite n'importe où, et la même marche peut être répétée autant de fois que vous le souhaitez. Il ne s'agit en moyenne que de 2 marches par semaine. Amusez-vous bien !

J'espère que le programme d'exercices d'hiver est bien avancé. Vous avez des mois d'hiver pour accumuler les kilomètres, car il court jusqu'au 31 mars. J'ai une question pour les Snowbirds. C'est vous les Volkssporters qui migrez vers des climats plus chauds, comme la Floride ou l'Arizona, mais qui aimez faire des marches Volkssport pendant "l'hiver". Combien d'entre vous participeraient à un programme d'hiver Snowbird si j'en préparais un pour l'hiver prochain ? Je pense que ce pourrait être la même idée que le programme d'hiver canadien seulement, avec des niveaux de réalisation variés et une limite de temps. Je passe tellement d'hiver en Arizona que je n'ai pas essayé de faire le programme d'exercices d'hiver dernièrement, parce que je ne peux pas faire plus de 100 km. J'aimerais avoir de vos nouvelles. Veuillez m'envoyer un courriel à sdtchir@me.com Bons sentiers!

Sharon