



L'ASTRAGALE



ASSOCIATION DE LA RANDONNÉE PEDESTRE
DE MIRECOURT ET ENVIRONS

Novembre-Décembre 2024

N° 171



ÉDITORIAL

L'automne s'étire doucement pour faire place au début de l'hiver.

Les randonnées à la journée se terminent, sauf exception, et sont remplacées par celles du dimanche après-midi et parfois des randos villages où vous serez chaleureusement accueillis.

Les chemins de randonnées sont une invitation à l'évasion et à la découverte de la nature.

« La randonnée se pratique à son propre rythme et c'est là toute la beauté de cette activité. Il n'y a pas de chrono à respecter, pas de record à battre, la seule chose qui compte c'est le bien-être que l'on ressent au bout du chemin, ce sentiment de satisfaction personnelle que nul jugement extérieur ne peut altérer.

Elle offre un moment de pause dans un monde où tout va vite, où l'on est constamment sollicité. Ce retour à la nature permet de se recentrer, de prendre conscience de la force et des capacités de son corps, peu importe sa taille ou sa forme. » - Texte publié par M. Arnaud HOUDE

Au plaisir de vous retrouver nombreux sur les chemins !

