## La compétition si je veux !

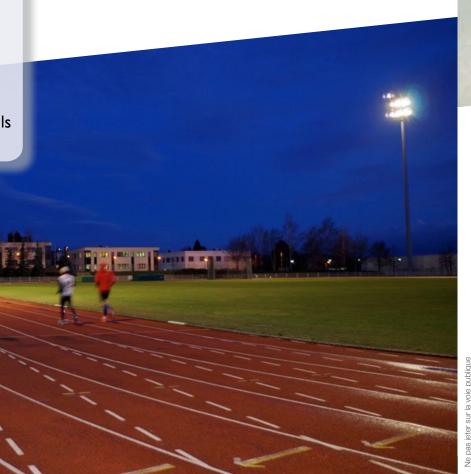
- Bénéficiez d'un stade sécurisé et éclairé l'hiver, avec douches et vestiaires
- Profitez d'une piste étalonnée
- Préparez vos éventuelles compétitions (10km, semimarathon, marathon, 100km, cross, nature, trail, montagne)
- Améliorez vos performances
- Quels que soient vos attentes et votre niveau, disposez d'un accompagnement et de conseils personnalisés.

Le stade Jacky Boxberger (Pied des Gouttes) est accessible aux membres de l'association chaque MERCREDI et VENDREDI entre 17H00 et 19H00



Contact : Bruno ROCHEFORT Entraîneur diplômé du second degré de la F.F.A.

06.65.59.27.00 montbeliard-marathon@wanadoo.fr





## Envie de courir?

Au sein d'un groupe

En bénéficiant des conseils d'un entraîneur diplômé

Dans un environnement sécurisé et éclairé l'hiver

En compétition... ou par plaisir?



## Courez en toute liberté

Rejoignez une association où le plaisir de courir est une priorité pour

- Trouver une source de motivation et d'échanges
- Profiter de la nature et du bien-être qu'elle procure
- Courir seul(e) ou en groupe, quand et où vous le souhaitez : un plan d'entraînement personnalisé vous sera proposé en fonction des critères que vous aurez définis (fréquence des séances et objectifs éventuels).

Nul besoin de pouvoir, ou même vouloir, courir un marathon pour adhérer !!!





Montbéliard Marathon n'est pas affilié à la Fédération Française d'Athlétisme car sa vocation est avant tout de faire pratiquer la course à pied en tant que loisir.

Chacun peut courir à sa guise et

surtout à son rythme, sur les distances qui lui conviennent... dans un groupe à l'ambiance conviviale.

http://montbemarathon25.canalblog.com/