

Editeur responsable  
PARMENTIER Adelin  
Route de Bastogne 355  
6700 ARLON  
☎/Fax 063/21.72.06  
[adelin.par@base.be](mailto:adelin.par@base.be)  
Bureau de dépôt : ARLON 1  
Agréation P501175



Belgique - Belgique  
P.P.  
6700 ARLON 1  
11/616

# A P I A L'COPETTE

*Feuillet d'information de l'Arel's Club Marcheurs*  
*Affilié à la FFBMP - LUX 012*  
*Trimestriel - n°244 - 1<sup>er</sup> octobre 2012*  
<http://www.arelclub.be>

## Le mot du président

Notre barbecue a rassemblé autant de participants que les années précédentes mais ce qui était changé, c'est la température. Nous avons bénéficié d'un 36° à l'ombre, ce qui est très chaud. Heureusement, pour le pastis, il y avait des glaçons mais le vin réchauffait rapidement. Malgré cela, je pense que tous se sont bien plus et ont juré de revenir en 2013.

L'année est déjà bien entamée et il ne reste plus beaucoup de marches avant 2013. L'année nouvelle qui approche, cela signifie réaffiliation. C'est en pensant aux affiliations que je me pose des questions. 176 affiliés pour 2012 et une cinquantaine de membres qui n'ont jamais été vus sur les circuits ou n'ont jamais donné signe de vie. Peut-être marchent-ils seuls et ailleurs que sur les circuits IVV. Je l'espère mais alors, je me demande pourquoi ils s'inscrivent dans un club. S'ils se réinscrivent pour 2013, nous espérons les voir plus souvent lors des manifestations.

Un autre problème est celui des déplacements en car. Jusqu'il y a peu, nos cars étaient remplis ou presque mais dans les derniers, il restait des places libres. Pourtant, beaucoup s'étaient inscrits mais il y a eu trop de désistement de dernière minute. C'est ainsi que pour le car de Noël, nous demandons le paiement à l'inscription.

## Car à Floreffe

Le dimanche 9 décembre, nous organisons un car à Floreffe. . Les marcheurs de Floreffe nous proposent des circuits de 4 – 7 – 11 – 15 – 20 et 25 km. Le départ se fait à l'abbaye. Un décor enchanteur dans un cadre enchanté ! Des artisans présenteront aux visiteurs leurs travaux d'art, idée originale pour les cadeaux de fin d'année (certains travailleront devant le public ; d'autres proposeront des dégustations ).

Lors de ce voyage, le car est souvent bien rempli. Malheureusement, nous devons souvent faire face à de nombreux désistements de dernière minute.

Les inscriptions pour le car de Floreffe se font dans l'ordre suivant :

Jusqu'au premier novembre, priorité à ceux qui ont participé à au moins un car en 2012 ou qui ont travaillé à notre marche de mai ou lors des repas.

Après cette date, priorité par ordre d'inscription.

**ATTENTION**, votre inscription ne sera prise en compte qu'après paiement de 7 € au trésorier, à Ginette ou versement sur le compte du club (001-0642043-76). Les titulaires de cartes de participations seront éventuellement remboursés dans le car.

## Nouvelles du club

### **Malade**

Sont provisoirement éloignés des circuits pour des problème de santé : Viviane ANSAY, Emile GOBERT

### **BON RETABLISSEMENT**

Je ne suis pas toujours au courant de tous vos petit maux, ni des des plus graves. Aussi pour n'oublier personne, je souhaite un prompt et complet rétablissement à tous les membres hospitalisés, malades ou blessés.

### **Démission**

Emile GOBERT démissionne de son poste au comité.

### **Décès**

J'ai le pénible devoir de vous faire part du décès de Monsieur Pol GERARD le 31 juillet.

### **Remerciement**

A vous qui nous avez manifesté par une visite, un mot, une fleur, votre soutien en cette période de deuil, nous tenions à vous dire combien nous avons été touchés par ces marques de sympathie.

Croyez en nos remerciements chaleureux.

Michel, Jean-Marc et famille.

### **Voyages**

#### *De Menton (France)*

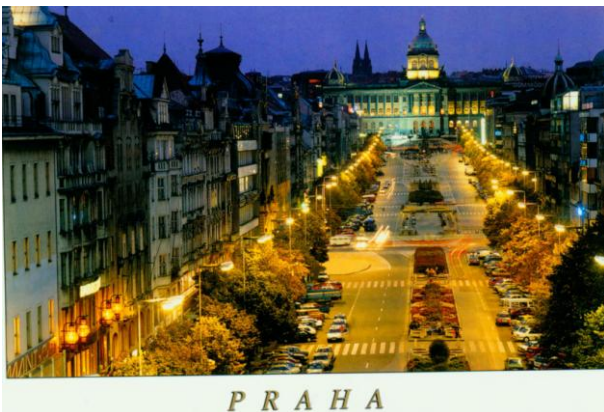
On fait la découverte du GR 52, sentier "Le Corbusier"

Meilleurs souvenirs de Menton

Fernande et Paul DELAIT – Marie-Paule et Jean-



Louis GILLARD



Claude SERMENT

#### *De Prague – place Wenceslas avec le musée national*

Superbes marches IVV

Temps chaud, donc les bières sont les bienvenues

Jean-Louis GILLARD



#### *De Provence – France*

Le soleil, l'apéro et quelques bonnes marches.

Un bonjour de Provence

Josiane Roger (ZORN)



#### *De Pise - Italie*

298 marches !

PFFFFF...

A bientôt

Anne-Marie (Fleury)

## Les anniversaires

### OCTOBRE

ZORN Roger	01
HUGO Bernard	04
LASSECE Frédéric	07
ANSION Mireille	09
MUSCHANG Aline	11
VAN LAAR Dany	13
FLEURY Anne-Marie	14
SCHMIT Patty	14
FOURNY Michel	15
DETAILLE Roland	15
GISCHER Nicole	16
DOLHEM Marie-Jeanne	17
GRANDEMANGE Daniel	21
BOURTON Fabienne	28

### NOVEMBRE

WIOMONT Rita	02
GARLEMANT Henri	02
de GRAEVE Adolphe	03
HOTTON Vanessa	08
PERREAUX Bernard	08
PARMENTIER Adelin	10
VAN DAMME Cyrille	13
LASSECE Josiane	16
LEROY Rita	16
RICCARDI Adrienne	16
GUEBEL Jean-Marie	18
LUCAS Anne-Marie	19
JACOB Marie-Paule	19
VANDERVILT René	24
PARMENTIER Tom	26
MEINGUET Monique	30

### DECEMBRE

VALET André	04
ROCHUS Michele	05
ROLLAND France	08
GRANDJEAN Jacqueline	09
LAMBERT Francis	15
LEGENDRE Liliane	16
DELAIT Paul	16
AUBRY Jeannine	18
SCHOLTES Marie	19
GOELFF Marcelle	22
LASSECE Daniel	23
DEPIERREUX Francis	27
SCHRONDWEILER Emile	30

**BON ANNIVERSAIRE !**

## Inscriptions pour 2013

Le montant de l'inscription à notre club pour l'année 2013 est de **7 € par adulte et de 3,50€ par enfant.**

Pour ce montant modeste, la FFBMP vous assure sur les marches en Belgique ou à l'étranger et sur les trajets aller et retour vers ces marches (sauf circuits permanents).

Jacques KRIER sera présent lors de la marche de la Knipchen le samedi 15 décembre à l'ISMA et vous pourrez profiter de l'occasion pour vous (ré)affilier. Vous pouvez également payer la cotisation de 2013 par virement au compte 001-0642043-76 avec la mention PRECISE des personnes affiliées. Merci de ne

pas vous (ré)inscrire avant le premier décembre.

Jacques rappelle que les assurances deviennent de plus en plus sourcilleuses et que toute mention ne correspondant pas à celle reprise sur la carte d'inscription est susceptible d'amener un non-remboursement. Attention ! Les inscriptions tardives provoquent des frais inutiles. **TOUTE REINSCRIPTION après le 31 décembre 2012 est de 8 (huit) €**

Enfin, je rappelle que l'inscription pour 2012 cesse tous ses effets au 31 décembre. Ne risquez pas de marcher sans être assuré. Réinscrivez-vous dès le 1<sup>er</sup> décembre..

## Vous marchez

Durant le mois d'août, nous avons participé aux marches suivantes :

05/08/2012	BOSSIERE	LES SPARTIATES DE GEMBLOUX	4
05/08/2012	SAINT MARD	LA GODASSE GAUMAISE CHENOIS	48
11/08/2012	WANGENIES	LES MARCHEURS RANSARTOIS	2
12/08/2012	BIGONVILLE	ARDENNERFRENN BIGONVILLE	31
12/08/2012	PRESLES	L'ECUREUIL CHATELET	2
15/08/2012	NOIREFONTAINE	LES SABOTS DE GODFROY BOUILLON	12
16/08/2012	AMBERLOUP	LES MARCHEURS DE L'OURTHE ET DU LAVAL	8
18/08/2012	EISCHEN	AISCHDALL FLITZER EISCHEN	24
19/08/2012	VOLAIVILLE	OBJECTIF 10.000 LES FOSSES	5
25/08/2012	IZEL	LES ROUTHEUX IZEL	11
26/08/2012	IZEL	LES ROUTHEUX IZEL	20
			167

L'an dernier, pour la même période, nous étions 250 !

## Les marches du mois d'octobre

				Région	Distance	Ils sont venus chez nous		Nous sommes allés chez eux	
						en 10	en 11	en 10	en 11
Ma02	09h	VIANDEN	L 15 (marche guidée)	L	52	14	21	10	10
S 06	07h	BOUS	L 5-10-20	L	53	0	0	4	7
D 07	07h	LONGVILLY	B 7-13-20	B	50	13	5	67	57
D 07	07h	BIGONVILLE	L 5-10-15	L	24	31	26	65	46
D 07	07h	MOYEUVRE	F 5-10-20	M	74	0	0	0	0
S 13	17h	CANACH	L 5-10	L	50	0	0	0	0
D 14	07h	DUDELANGE	L 6-12-20	L	42	5	3	13	15
D 14	07h	GUENANGE	F 5-10-20	M	70	0	0	0	0
J 18	14h	SENNINGERBERG	L 5-10	L	50	-	-	-	-
S 20	08h	HARNONCOURT	B 5-11	B	39	5	5	61	83
S 20	08h	BEAUFORT	L 6-12	L	48	2	0	38	14
D 21	07h	WASSERBILLIG	L 6-12-20	L	59	0	0	3	2
D 21	07h	ROUSSY VILLA.	F 5-11-21-30-42	M	54	0	0	4	7
D 21	07h	SEMECOURT	F 5-11-21	M	78	0	0	0	0
D 28	08h	BASCHARAGE	L 6-11	L	19	10	11	46	40
D 28	07h	CONFLANS	F 5-10-20	MM	76	0	0	0	4
D 28	07h	KOENIGSMACHER	F 5-10-20	M	67	0	0	0	0

A = Ardennes - B = Belgique - L = Luxembourg - Me = Meuse – Mo = Moselle MM = Meurthe et Moselle – RP = Rhénanie Palatinat – S = Sarre

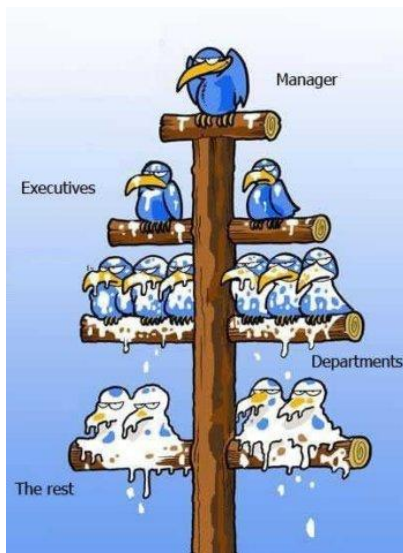
## MARCHE DU MOIS

La marche du mois d'octobre aura lieu le jeudi 18 à Senningerberg. Il s'agit du "YOUNG WALKERS DAY" organisé par le club "Heemelsdeiercher Senningen" Attention, les départs ont lieu de 14.00 à 15.00 heures et les parcours de 5 ou 10 km.

### **Autres marches un peu plus loin.**

S.06.10.12 RP-Bischofsdhron 5+10+20 km 7h (128km)/ S-Primstal 6+10+20 km 7h (132 km)  
 D.07.10.12 RP-Bischofsdhron 5+10+20 km 7h (128 km)/ S-Primstal 6+10+20 km 7h (132 km)  
 S.13.10.12 S-Völklingen 5+10+20 km 7h  
 D.14.10.12 S-Völklingen 5+10+20 km 7h  
 S.20.10.12 / RP-Morbach 6+10+20 km 7,30h / S-Walpershofen 5+10+20 km 7h  
 S.27.10.12 S-Scheuern 5+10+20 km 7h (115 km) / BE-Montenau 3+6+10+20 km 7,30h (106 km)  
 D.28.09.12 S-Scheuern 5+10+20 km 7h (115 km) / BE-Montenau 3+6+10+20 km 7,30h (106 km)

### **Rions un peu**



Voici une image qui a le mérite d'expliquer remarquablement le concept d'organigramme.

Maintenant, on comprend mieux pourquoi :

- 1) quand les haut dirigeants regardent en bas, ils ne voient que de la merde;
- 2) quand les simples employés regardent en haut, ils ne voient que des trous du cul.

Transmis par Daniel LASSENCE

## Les marches du mois de novembre

	Région	Distance	Ils sont venus chez nous		Nous sommes allés chez eux	
			en 10	en 11	en 10	en 11
D 04 08h HOUEMONT B 6-12	B	20	36	31	99	158
D 04 07h OBERDONVEN L 5-12-16	L	59	12	3	63	18
D 04 07h GARCHE F 5-10	M	58	0	0	0	0
D 11 07h KEHLEN L 5-10	L	25	7	11	39	43
S 17 08h CHEVETOGNE B 4-8-12-20	B	102	0	2	2	11
D 18 07h GILSDORF L 5-10-20-42	L	42	16	26	28	28
D 18 07h GUENAGE F 10-20	M	70	0	0	0	0
D 25 07h TETANGE L 6-12	L	40	12	8	44	20
D 25 08h STENAY F 5-10-15	Me	67	0	0	0	0
D 25 08h KEDANGE/CANNER 10	M	78	0	0	0	0

A= Ardennes - B = Belgique - L = Luxembourg - Me = Meuse – Mo = Moselle MM = Meurthe et Moselle – RP = Rhénanie Palatinat – S = Sarre

### **Autres marches un peu plus loin.**

D.04.11.12 S-Elm 6+10+20 km 7h (116 km)  
 D.11.11.12 F-Neunkirchen les Bouz. A+10 km (89 km)  
 S.17.11.12 S-Schwarzenholz 6+10 km 7h (115 km)  
 D.18.11.12 S-Schwarzenholz 6+10 km 7h (115 km)  
 S.24.11.12 S-Holz 6+11+20 km 7h (125 km)  
 D.25.11. S-Holz 6+11+20 km 7h (125 km)

## MARCHE DU MOIS

La marche du mois de novembre aura lieu le samedi 17 au domaine provincial de Chevetogne. Elle est organisée par les Fougnaans de Ciney. Ils nous proposent des parcours de 4 – 8 – 12 – 20 km. Les départs sont de 8 à 14 heures.

### **Rions un peu**

Un belge se promenant dans une forêt des Ardennes Françaises tombe nez à nez avec 2 chasseurs français.

Ces derniers suent sang et eau en tirant un énorme sanglier par la queue.

Ils profitent de la rencontre pour laisser tomber la bête à terre et souffler un peu.

- Belle bête dit le belge.

- Un beau mâle en effet répond fièrement le premier chasseur en s'épongeant le front.

Je ne saurais dire combien il pèse , mais il fait pas loin des 180 kg.

Compatissant devant les 2 hommes en nage, le belge leur propose :

- Je ne suis pas chasseur, mais il me semble que si vous le tiriez par la tête plutôt que par la queue vous feriez moins d'effort.

- Et pourquoi demande le 2ème chasseur ?

Et le belge explique :

- Parce qu'en le tirant par la tête, vous seriez dans le sens des poils et il glisserait plus facilement.

Bien que dubitatifs, les chasseurs décident d'essayer.

Et effectivement, l'animal glisse sans difficulté sur les feuilles.

Ils remercient le belge d'un large sourire, le salue et reprennent leur route.

Au bout de 10 mn, l'un des chasseurs dit à son compagnon :

- Faut pas dire, mais ces belges, ils sont quand même intelligents.

- Tu as raison répond son compagnon, maintenant c'est beaucoup moins pénible.

Mais le problème, c'est qu'on s'éloigne de la voiture.

*Transmis par Hubert KIMMLINGEN*

## Les marches du mois de décembre

	Région	Distance	Ils sont venus chez nous		Nous sommes allés chez eux	
			en 10	en 11	en 10	en 11
D 02 07h BETTBORN L 6-12	L	19	8	12	0	4
D 02 07h FONTOY F 5-10	M	52	0	0	0	0
S 08 07h ECHTERNACH L 5-10	L	70	0	1	4	1
D 09 CAR FLOREFFE B 4-7-11-20-25	B	car	0	52	0	0
D 09 07h HAMM L 5-10	L	40	0	5	4	11
<b>S 15 14h ARLON B 5-10</b>	B	0-	-	-	-	-
S 22 10h LUXEMBOURG L 6-12	L	29	20	14	56	54
D 23 07h GEMBLOUX B 6-12-21	B	150	0	3	0	0
D 30 08h BERINGEN L 6-11-16	L	26	9	8	18	28

A = Ardennes - B = Belgique - L = Luxembourg - Me = Meuse – Mo = Moselle MM = Meurthe et Moselle – RP = Rhénanie Palatinat – S = Sarre

### **Autres marches un peu plus loin.**

S.01.12.12 S-Hüttigweiler 5+10+20 km 7h (136 km)

D.02.12.12 S-Hüttigweiler 5+10+20 km 7h (136 m)

S.08.12.12 F-Metz 10 km (90 km) / S-Hülzweiler 5+10+15 km 7,30h (110 km)

D.16.12.12 F-Waldweistroff A+10 km (87 km)

S.29.12.12 B-Gemmenich 6+12 km 14h

## MARCHE DU MOIS

La marche du mois de décembre est le dimanche 23 à Gembloux où les Spartiates nous proposent des parcours de 6 – 12 et 21 km dès 7 heures.

### Valerie Dion au Guichet de l'énergie

Valérie est une ancienne membre de notre club.



Il y a des artistes positives dans la création et la rencontre. Valérie Dion est de cette veine-là. C'est à une expo pleine de fraîcheur mais aussi avec une touche inattendue à laquelle elle convie. Si on connaît son penchant pour l'illustration, elle s'attaque à l'huile pour mettre sur toile sa ville et son vieux quartier «Un côté cour et un côté jardin» comme elle aime à l'écrire dans son carton d'invitation C'est au Guichet de l'énergie, 20 rue Porte

Neuve à Arlon (tous les jours de 14 h à 18 h 30) jusqu'au 7 octobre. Nocturne jusqu'au 22 h, les vendredi 28 septembre et 5 octobre. Le dernier jour, ce sera de 10 à 18 h. le dimanche 7 octobre.

Source : *L'Avenir Luxembourg*

### Marcher pour le pep

La conviction d'être « trop fatigué » pour aller marcher (ou patiner, nager, etc.) est basée sur une perception erronée. Car les humains qui mangent à leur faim possèdent, dans leurs graisses accumulées, une réserve quasi inépuisable d'**énergie**, du moins pour s'adonner à des activités de faible intensité. Ce genre de « fatigue » relève davantage de la tension nerveuse, c'est-à-dire du stress. Or, les bénéfices de l'activité physique se manifestent aussi dans l'immédiat : 15 à 20 minutes d'**exercice physique** soulagent justement du stress et de la fatigue, et accroissent l'énergie. Mentionnons simplement qu'en assurant une meilleure circulation de l'oxygène, l'exercice libère l'organisme du « sable dans l'engrenage », comme la lourdeur mentale et la tension musculaire.

[http://www.passeportsante.net/fr/Therapies/Guide/Fiche.aspx?doc=forme\\_physique\\_raisons\\_bouger\\_th](http://www.passeportsante.net/fr/Therapies/Guide/Fiche.aspx?doc=forme_physique_raisons_bouger_th)

## De la mesure du pied

Par une inexplicable coïncidence, il semble que la mesure du pied soit apparue en même temps que la chaussure. Pour indiquer la pointure des chaussures, les fabricants utilisent plusieurs systèmes d'unités. En fait ils traînent les pieds pour adopter le système métrique.

- Le point de Paris ou pointure française s'exprime en 2 chiffres. Il y a 3 pointures dans 2 centimètres. C'est une mesure employée par les anciens bottiers. Une pointure représente donc 6,66 millimètres et une demi-pointure 3,33 millimètres.
- Chez les anglais, la grille des pointures part du 0 (zéro) (lequel représente la pointure 15 en point de Paris) et va jusqu'au 13,5 (soit le 32 et demi en point de Paris), puis recommence au 1 (33 en point de Paris) jusqu'au 15 (50 en point de Paris). It is very simple. Is n't it ?
- Le point américain correspond à la pointure anglaise à laquelle on ajoute 1 en femme et ½ en homme.
- Le point italien correspond au point de Paris plus une taille.
- La pointure centimétrique n'est pratiquement pas utilisée sauf pour des fabrications spéciales.
- Le point mondo est une nouvelle norme ISO qui tente d'unifier les autres systèmes. Les pointures anglaises passent de 4,23 à 5 millimètres et les pointures françaises passent de 6,66 à 7,50 millimètres. Astuce qui permet aux fabricants de gagner 2 pointures dans les assortiments homme et femme sans perte de confort.
- Enfin, sans doute pour ajouter encore à la confusion, certains fabricants ont adopté leur propre système.

Ainsi le pied peut être mesuré, mais il est lui-même une unité de mesure. Le pied est une ancienne mesure de longueur d'environ 33 centimètres. Le pied anglo-saxon (foot) vaut 12 pouces soit 30,48 centimètres.

### **L'évolution**

Le pied fait son chemin, il continue son évolution, et même à un rythme qui semble s'accélérer. Ainsi nous lisons dans la presse :

*Les Français poussent du pied.*

*On en apprend tous les jours. Le Centre Technique du Cuir, dont j'avoue à ma courte honte avoir ignoré jusqu'à ce jour l'existence, révèle qu'en quarante ans les pieds des français ont grandi de trois centimètres.*



*La pointure moyenne des chaussures pour hommes est ainsi passée du 41 au 43, tandis que celle des femmes s'est accrue du 37 au 40. Il paraît que deux tiers de nos compatriotes ont un gros orteil plus long (pied égyptien), que 20 % d'entre eux possèdent le pied carré (les trois premiers doigts étant d'égale longueur) et qu'ils sont 15 % à avoir le pied grec, soit le deuxième orteil qui dépasse. Ces informations bouleversantes sont livrées sans mode d'emploi. L'énigme demeure intacte. Pour quelles causes anthropologiques, sociologiques, culturelles, etc..., le panard national a-t-il bénéficié, depuis 1965, d'une croissance aussi significative, mais de quoi à la fin ? On se perd en conjectures, comme on dit. En cherchant bien, une autre information pourrait nous mettre sur la piste. L'ineffable Jean-Pierre Raffarin rendait hommage mercredi à son père Jean. Ce dernier fut secrétaire d'état à l'agriculture de 1954 à 1955, Pierre Mendès France étant premier ministre. Ils firent distribuer du lait dans les écoles. "Vous voyez que ça fait de beaux bébés ! s'est*

*exclamé Raffarin junior. C'était une belle initiative, à la fois bonne pour l'agriculture et bonne pour la santé des jeunes français !" Ma théorie provisoire est donc qu'on doit à la famille Raffarin l'allongement de nos pieds par ajout de calcium. Le Centre National du Chapeau, s'il existe, nous dira-t-il ce qu'il en est de la taille du cerveau ?*

-- Jean-Pierre Léonardini, L'Humanité, 4 Février 2005

### **Place du pied dans la langue et la littérature**

Le mot pied est à l'origine d'un grand nombre d'expressions dont voici quelques exemples :

Aller à pied, avoir le pied marin, à pied d'oeuvre, acheter sur pied (une récolte ou de la viande), au pied levé (remplacer en dernière minute), avoir pied, perdre pied, avoir les pieds sur terre, bête comme ses

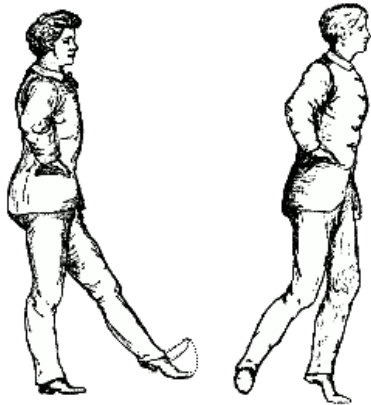
pieds (l'intelligence étant du domaine du cerveau), c'est le pied, casser les pieds, avoir bon pied bon oeil, de pied ferme, être mis à pied, être de nouveau sur pied, faire du pied, faire le pied de grue, faire les pieds, valet de pied, lécher les pieds, avoir les deux pieds dans le même sabot, faire les pieds au mur, mettre les pieds dans le plat, un pied-à-terre, mettre pied à terre, mettre sur pied, sortir les pieds devant, mettre un pied devant l'autre, ne savoir sur quel pied danser, un portrait en pied, pied à coulisse (instrument de mesure), pied de biche (levier), lutter pied à pied, pied bot, pied d'alouette (botanique), pied de lit, au pied de la lettre, au pied de la côte, être sur pied de guerre, pied de poule (tissu), pied noir, pied plat, prendre pied, prendre à contre pied, prendre son pied, se jeter aux pieds, s'être levé du pied gauche, traîner les pieds, trouver chaussure à son pied, vivre sur un grand pied, écrire en vers de douze pieds, marcher sur les pieds (de quelqu'un), donner un coup de pied (ô culte !), c'est à cent pieds sous terre (c'est profond comme pensée) ...

### **Du bon usage du pied**

Nous utilisons habituellement le pied pour faire des pas. Oui mais comment fait-on un pas ? Autrefois cela était enseigné dès l'âge adulte et tout spécialement lors de l'entrée dans la vie militaire. Le mieux est de nous reporter à l'Ordonnance sur l'exercice et les manoeuvres de l'infanterie du 4 mars 1831.(1)

*La longueur du pas ordinaire direct sera de soixante-quinze centimètres (deux pieds)(2) à compter d'un talon à l'autre, et sa vitesse de soixante-seize par minute.*

*L'instructeur, voyant l'homme de recrue affermi dans la position, lui expliquera le principe et le mécanisme du pas, en se plaçant à sept ou huit pas du soldat, en lui faisant face ; il exécutera lui-même lentement le pas, afin de joindre ainsi l'exemple en même temps qu'il expliquera le principe. Il commandera ensuite :*



*1. En avant*

*2. Marche*

*Au premier commandement le soldat portera le poids du corps sur la jambe droite.*

*Au deuxième commandement, il portera vivement, mais sans secousses, le pied gauche en avant à soixante-quinze centimètres (deux pieds)(2) du droit, le jarret tendu, la pointe du pied un peu baissée et légèrement tournée en dehors, ainsi que le genou ; il portera en même temps le poids du corps en avant, et posera, sans frapper, le pied gauche à plat, précisément à la distance où il se trouve du droit, tout le poids du corps se portant sur le pied qui repose à terre. Le soldat passera ensuite vivement, mais sans*

*secousses, la jambe droite en avant, le pied passant près de terre, le posera à la même distance et de la même manière qu'il vient d'être expliqué pour le pied gauche, et continuera de marcher ainsi, sans que les jambes se croisent.*

Mais déjà, si l'on se reporte à l'Ordonnance du 1<sup>er</sup> janvier 1766, pour régler l'exercice de l'infanterie.

*"Accoutumer les soldats en marchant par file ou en bataillon, de marcher à la cadence du tambour. Et pour le faire, il faut commencer par le pied droit, afin que toute la troupe se rencontre à lever le même pied en même temps."*

*Milieu du XVIII<sup>e</sup> siècle, quatre sortes de pas : "La longueur du petit pas sera d'un pied, celle du pas ordinaire de deux pieds, du pas redoublé et du pas de route de deux pieds, le tout mesuré d'un talon à l'autre; quant à la durée, celle du petit pas et du pas ordinaire sera d'une seconde, pendant laquelle on fera deux pas redoublés; la durée du pas de route sera d'un peu plus d'une seconde. Le pas oblique se fera dans le même espace d'une seconde ; le pas au plus de 18 pouces d'un talon à l'autre... On exécutera le pas ordinaire en avant en tenant la tête haute et le corps droit, en se contenant en équilibre successivement sur une seule jambe, et portant l'autre en avant, le jarret tendu, la pointe du pied un peu tournée en dehors et basse pour raser sans affectation le terrain sur lequel on devra marcher et poser le pied à terre, de manière que chaque partie y appuie en même temps sans frapper contre terre."*

Contrairement à une opinion assez répandue, marcher n'est donc pas une petite affaire, encore moins un jeu d'enfant.

(1) Cité dans Le Dictionnaire de la Bêtise, Ed. Robert Laffont, ISBN 2-221-08784-4

(2) Il s'agit ici du pied ancienne unité de mesure et non du pied situé à l'extrémité du membre inférieur.

(3) Cité par Michel Foucault dans Surveiller et punir, Ed. Gallimard 1975, ISBN 978-2-07-072968-5

(4) Repris de : L. de Montgommery, La Milice française, ed. 1636, p.86

(Suite dans un prochain bulletin)



# OCTOBRE 2012

<u>Anniversaires</u>	<u>Marches</u>	<u>Mémo</u>
L 1 <i>Roger ZORN</i>		
M 2	<b>VIANDEN</b>	<b>MARCHE GUIDEE</b>
M 3		
J 4 <i>Bernard HUGO</i>		
V 5		
S 6	<b>BOUS</b>	
D 7 <i>Frédéric LASSENCE</i>	<b>LONGVILLY BIGONVILLE MOYEUVRE</b>	
L 8 <i>Mireille ANSION (Epe HAYON Jean-Paul)</i>		
M 9		
M 10		
J 11 <i>Aline MUCHANG (Epe FLOCK José)</i>		
V 12		
S 13 <i>Dany VAN LAAR</i>	<b>CANACH</b>	
D 14 <i>Anne-Marie FLEURY Patty SCHMIT</i>	<b>DUDELANGE GUENANGE</b>	
L 15 <i>Michel FOURNY Roland DETAILLE</i>		
M 16 <i>Nicole GISCHER</i>		
M 17 <i>Marie-Jeanne DOLHEM (Epe PAQUET Paul)</i>		
J 18	<b>SENNINGERBERG</b>	<b>MARCHE DU MOIS</b>
V 19		
S 20	<b>HARNONCOURT BEAUFORT</b>	
D 21 <i>Daniel GRANDEMANGE</i>	<b>WASSERBILLIG ROUSSY LE VILLAGE SEMECOURT</b>	
L 22		
M 23		
M 24		
J 25		
V 26		
S 27		
D 28 <i>Fabienne BOURTON</i>	<b>BASCHARAGE CONFLANS KOENIGSMACHER</b>	
L 29		
M 30		
M 31		