



## Communiqué de presse

**3<sup>ème</sup> édition du « Lavaux Nordic Walking Event » :  
dimanche 4 novembre 2007  
au cœur de Lavaux,  
vignoble en terrasses et patrimoine mondial de l'Unesco**

**Chaque 50<sup>ème</sup> inscription online gratuite jusqu'au 31 août 2007**

**21 Cours d'initiation gratuits d'une durée de 2h00  
dans 7 différentes régions de Suisse romande  
entre août et octobre 2007**

**Nouvelle catégorie cette année  
course d'orientation Nordic Walking : Nordic-O-Walking,  
ideal pour les sportifs stratèges ou les familles**

**VEVEY, LE 24 juillet – La 3<sup>ème</sup> édition du « Lavaux Nordic Walking Event » (LNWE), course populaire de marche destinée aux Walkers et aux Nordic Walkers, aura lieu le dimanche 4 novembre 2007. Elle comprendra quatre parcours et quatre distances à choix, dont pour la première fois une course d'orientation Nordic Walking pour les sportifs stratèges ou encore les familles désireuses de s'adonner à une activité ludique et didactique. Au départ de Vevey, les parcours (5, 7.5, 12 et 21 kilomètres) traversent le merveilleux vignoble de Lavaux, patrimoine mondial de l'Unesco et offrent une vue à couper le souffle. Cette manifestation sportive « grand public » - comprenant aussi une catégorie « famille » pour les 5 kilomètres - a été mise sur pied par le centre de compétences « Nordic Fitness » romand Sanasports. Elle se destine aussi bien aux sportifs confirmés qu'aux amateurs et débutants. Ces derniers ont la possibilité de s'inscrire à un cours d'essai gratuit à Cully, Moudon, Lausanne, Morges, Genève/Confignon, Vevey ou Bulle du 24 août au 20 octobre 2007. Relevons également que les inscriptions online pour le 3<sup>ème</sup> Lavaux Nordic Walking Event peuvent déjà être effectuées sur [www.lavaux-nordic-walking.ch](http://www.lavaux-nordic-walking.ch). Pour la première fois cette année et jusqu'au 31 août 2007, chaque 50<sup>ème</sup> inscription sera gratuite.**

Jean Pfister, président du comité d'organisation et instructeur en Nordic Walking souligne : « Nous sommes très fiers que notre manifestation se tienne sur un site qui, comme l'a relevé l'Unesco, est un exemple exceptionnel de l'interaction pluriséculaire entre les hommes et leur environnement. Nous espérons faire découvrir ce panorama unique à de nombreux Nordic Walkers venus des quatre coins de la Suisse et de différents pays européens ».

## **Sanasports : un centre de compétences soucieux de promouvoir la santé, le sport et le bien-être en Suisse romande**

### **Cours gratuits en vue du 3<sup>ème</sup> Lavaux Nordic Walking Event**

Le centre de compétences « Nordic Fitness » romand Sanasports ([www.sanasports.ch](http://www.sanasports.ch)) fondé en 2004 à Lausanne propose différents cours et activités liés aux domaines Santé Fitness et Sport. En vue de la 3ème édition du Lavaux Nordic Walking Event, il a mis sur pied 21 cours d'essai gratuits répartis dans toute la Suisse romande.

Ces cours d'essai sont ouverts à toutes les personnes désireuses de se familiariser avec la technique ALFA avant de participer au 3ème Lavaux Nordic Walking Event.

### **21 Cours d'essai gratuits en Suisse romande du 24 août au 10 octobre 2007 à Cully, Moudon, Lausanne, Morges, Genève, Vevey et Bulle**

Vendredi 24 août 2007 :	Lausanne, stade de Coubertin, 18h00 Vevey, En bas de la Place du Marché, 18h00
Samedi 25 août 2007	Morges, parking du parcours vitae, 9h00
Vendredi 31 août 2007	Cully, Débarcadère, 18h00 Bulle, Parking du centre de tennis, 18h00
Samedi 1 <sup>er</sup> septembre 2007	La Tour de Peilz, Devant le château, 9h00
Samedi 8 septembre 2007	Vevey, Corseaux-Plage, 9h00
Vendredi 14 septembre 2007	Lausanne, Stade de Coubertin, 18h00 Morges, Parking du cimetière, 18h00
Samedi 15 septembre 2007	Cully, Débarcadère, 9h00, Genève Confignon, 11, chemin Louis-Eckert, 9h00
Vendredi 28 septembre 2007	Cully, Débarcadère, 18h30 Bulle, Parking du centre de tennis, 18h00
Samedi 29 septembre 2007	Moudon, Parking de la piscine, 9h00
Vendredi 5 octobre 2007	Lausanne, Sauvablin, Parking halle de fête, 18h00 Vevey, Corseaux-Plage, 18h00
Samedi 6 octobre 2007	Morges, Parking du cimetière, 9h00
Vendredi 19 octobre 2007	Cully, Débarcadère, 17h00 Genève Confignon, 11, chemin Louis-Eckert, 18h00 Bulle, Parking du centre de tennis, 18h00
Samedi 20 octobre 2007	Lausanne, Sauvablin, Parking halle de fête, 9h00

#### **Information sur les cours d'essai gratuits:**

Marjorie Cervot : Tél: 021 320.22.03 le matin - Fax: 021 320.04.23  
[www.lavaux-nordic-walking.ch](http://www.lavaux-nordic-walking.ch)

- Délai d'inscription: une semaine avant le cours
- Tenue de sport recommandée
- Les bâtons seront fournis pas les organisateurs
- Inscriptions obligatoires par fax via le site en téléchargeant le formulaire d'inscription sur le site: [www.lavaux-nordic-walking.ch](http://www.lavaux-nordic-walking.ch)

## Inscriptions au 3<sup>ème</sup> Lavaux Nordic Walking Event :

### Inscriptions BVR

au moyen du bulletin de versement inséré dans le prospectus du LNWE jusqu'au 15 octobre 2007. Ce dernier peut être commandé à l'adresse suivante : [info@lavaux-nordic-walking-event.ch](mailto:info@lavaux-nordic-walking-event.ch)

### Inscription online :

**Jusqu'au 31 août** : chaque 50<sup>ème</sup> inscription sera gratuite. L'heureux gagnant sera informé et remboursé lors du retrait de son dossard (la veille ou le jour de la course).

[www.lavaux-nordic-walking.ch](http://www.lavaux-nordic-walking.ch)

### Inscriptions online jusqu'au 31 octobre 2007 :

[www.lavaux-nordic-walking.ch](http://www.lavaux-nordic-walking.ch)

[www.datasport.ch](http://www.datasport.ch)

### Inscriptions sur place :

Possibilité de s'inscrire sur place jusqu'à une heure avant le départ, moyennant un supplément de FRS. 10.-.

**La Marche Nordique avec sa nouvelle technique ALFA développé par la INFO est une nouvelle discipline sportive en plein air et à la portée de tous.**

Le Nordic Walking n'est pas un sport aussi simple qu'il paraît et nécessite - pour être efficace - une bonne coordination des mouvements, une posture adéquate et surtout l'application de la bonne technique. En effet, il ne s'agit pas simplement de marcher à l'aide de deux bâtons. Afin d'apprendre la technique de base, appelée technique ALFA, ou de se perfectionner plus amplement, il est vivement conseillé de suivre une formation. Différentes offres d'activités sont consultables sur le site internet de Sanasports ([www.sanasports.ch](http://www.sanasports.ch)). De manière générale, la marche nordique

- Entraîne efficacement les muscles du haut du corps
- Permet de réduire les charges inhérentes à la marche et brûle deux fois plus de calories que le Walking
- Est un entraînement complémentaire excellent dans les domaines de l'endurance, de la musculation et de la coordination.

### **Des instructeurs confirmés et des cours pris en charge par certaines caisses maladies**

Les instructrices et instructeurs du centre de compétences Nordic Fitness SANASPORTS sont formés selon les derniers critères exigés par la SNO<sup>1</sup> (Swiss Nordic Fitness Organisation : [www.swissnordicfitness.info](http://www.swissnordicfitness.info)) - organisation membre de la INFO<sup>2</sup> (International Nordic Fitness Organisation ([www.nordicfitness.net](http://www.nordicfitness.net))) - et suivent chaque année plusieurs cours de formation continue. Ils / elles garantissent une formation de haute qualité dans différentes régions en suisse romande. Membre fondatrice de Sanasports, **Béatrix Pfister**, physiothérapeute ASP, experte sport des aînés OFSPO, **est la seule Mastertrainer diplômée SNO / INFO Nordic Walking en suisse romande**. Elle est responsable de la technique et de la formation de tous les instructeurs et instructrices Nordic Walking de la SNO et de Sanasports. Les cours d'initiation Nordic Walking donnés par les instructeurs de Sanasports sont reconnus par QUALITOP et donc pris en charge par certaines caisses maladies.

Les organisateurs du LNWE sont heureux de pouvoir compter sur le soutien de trois sponsors principaux : UBS S.A., INTRAS Assurances et Coop Suisse romande, qui, pour la

<sup>1</sup> Swiss Nordic Fitness Organisation

<sup>2</sup> International Nordic Fitness Association

troisième consécutive, soutiennent la manifestation. D'autres partenaires, tels que Craft (Suisse) S.A., Emil Frey S.A. Centre Automobile St-Légier., la Ville de Vevey, Montreux-Vevey Tourisme, La Loterie Romande, Henniez, Reebok, Leki, Meindl, Schaefer Sports, l'hôtel Intereurope à Cully ainsi que l'Astra Hotel à Vevey se sont également associés à l'événement et le soutiennent activement. Cette année, la radio régionale Rouge FM, partenaire radio exclusif, et CARE Vevey, organisateur de la course d'orientation, viennent également de rejoindre le rang des partenaires. Le LNWE compte également sur l'appui des membres de son comité d'honneur, constitué de personnalités romandes reconnues dans le monde du sport, telles que **Georges-André Carrel**, directeur du service des sports de l'Université et de l'Ecole polytechnique fédérale de Lausanne, **Marc Biver**, **Laurent Dufaux**, ancien cycliste professionnel et collaborateur de Craft (Suisse) S.A ou encore **Ralph Böhm**, président de la SNO<sup>3</sup>.

\*\*\*

**Pour tout complément d'information sur l'engagement des trois sponsors principaux :**

**UBS SA**

Antoine Bersier  
Chef de projet Marketing  
Tél. 021 215 43 70  
[antoine.bersier@ubs.com](mailto:antoine.bersier@ubs.com)

**INTRAS Assurances**

Michael Mesfin  
Chef du service Marketing  
Tél. 022 827 95 10  
[michael.mesfin@intras.ch](mailto:michael.mesfin@intras.ch)

**Coop**

Jean-Philippe Cotter  
Responsable RP et sponsoring  
Tél. 021 633 41 44  
[jean-philippe.cotter@coop.ch](mailto:jean-philippe.cotter@coop.ch)

**Pour tout complément d'information sur le Lavaux Nordic Walking Event 2007:**

Jean C. Pfister  
Président du comité  
Tél. 079 204 46 08  
[j.pfister@sanasports.ch](mailto:j.pfister@sanasports.ch)

Christine Urfer  
Relations presse  
Tél. 078 619 05 00  
[christine.urfer@pur-pr.com](mailto:christine.urfer@pur-pr.com)

[www.lavaux-nordic-walking.ch](http://www.lavaux-nordic-walking.ch)

---

<sup>3</sup> Swiss Nordic Fitness Organisation