

L'Échappée occitane : le plaisir de marcher ensemble

Une assemblée générale du SCN rando pour débiter la saison...

L'Échappée occitane depuis 2007 sillonne sans relâche les sentiers de randonnée et son président évoque cet ADN qui anime cette association : promouvoir la randonnée pédestre sans esprit de compétition pour en faire une activité de loisirs accessible à tout le monde. En ce mois de mars, les adhérents étaient réunis pour assister à l'assemblée générale annuelle où ont été présentés les différents bilans et projets à venir. « Marcher pour marcher n'est pas notre objectif. C'est un bien précieux qui rend la vie plus belle ! Notre association joue un rôle sanitaire et social. Elle propose une activité peu coûteuse, donc accessible à tous. Elle aide à lutter contre la sédentarité en incitant à l'activité physique partout sur le territoire et permet de développer un facteur de cohésion sociale... » C'est par ces mots que le président Valette a ouvert cette assemblée générale rappelant un des objectifs de l'association : « Ne laisser personne en dehors du chemin ! » Considérée comme un art de vivre et pratiquée dans un esprit de convivialité, la randonnée est un moyen de se re-



Le SCN rando en Espagne, lors de l'une de leurs sorties hors de France. / Photo DDM, SCN rando

trouver entre amis pour partager.

79 adhérents

Les marcheurs du SCN rando sont passés maîtres dans l'art de lier efforts et réconfort. En effet, les 79 adhérents se retrouvent pour des périples qui les amènent dans de nombreuses régions de France, mais aussi d'Europe, pour profiter des beautés et délices des lieux visités. L'association, composée à 70 % de femmes, met aussi en avant sa mixité et une échelle des âges qui lui permet de compter parmi ses

membres des marcheurs de 42 à 82 ans. Une preuve qu'il n'y a pas de limite pour pratiquer cette activité. En constante progression, plus de 43 % d'adhérents en plus depuis 2020, elle est très attractive. L'association propose tous types de sorties : hebdomadaires, séjours, et surtout adaptés à tous les niveaux. Elle participe aussi activement à des événements organisés sur la commune de Nègrepelisse et propose par ailleurs des randonnées gastronomiques et culturelles. Au total, les marcheurs de l'association ont par-

couru, en 2024, 1 397 km en 131 randos. 2025 sera du même niveau avec de nombreux séjours et la reconduction des nombreuses randonnées thématiques. On peut dire que les adhérents de L'Échappée occitane ne ménageront pas leurs efforts pour partager leur passion et se retrouver sur les plus beaux sites de la région. D'ailleurs une des maximes du président est : « La vie, c'est comme une randonnée... Rien ne sert d'aller plus vite, plus haut ou plus loin... si l'on oublie d'apprécier le paysage en chemin. »