

DOSSIER DE PRESSE

CHALLENGE DES 6 NATIONS

WALKING FOOTBALL
M50+ / M60+ / F40+

**22
& 23
OCT. 2022
MERIGNAC**

-  **BASQUE COUNTRY**
-  **ENGLAND**
-  **FRANCE**
-  **IRELAND**
REP. OF
-  **ITALIA**
-  **WALES**



UN TOURNOI INTERNATIONAL DE FOOTBALL EN MARCHANT EN FRANCE PRÈS DE BORDEAUX



L'Association Française de Foot en Marchant et le District de Football de Charente Maritime organisent en partenariat avec le club du FCE Mérignac Arlac Football, un tournoi international de Foot en Marchant, sur les installations du stade Joseph Antoine Cruchon à Mérignac. Cette édition réunira, **6 équipes européennes** : l'Angleterre, Le Pays basque, Le Pays de Galles, L'Irlande, L'Italie, et La sélection France AFFM. Plusieurs délégations seront présentes avec des équipes masculines + de 50 ans, + de 60 ans et féminines + de 40 ans.

MAIS QU'EST-CE QUE C'EST ?

Le Foot en marchant ou « Walking Football » est une variante du football, qui fait fureur en Angleterre depuis 2011. C'est une version «slow», basée sur un jeu de passe et de placement, sans courir.

Ces règles aménagées permettent **une pratique loisir totalement sécurisée**, mixte et intergénérationnelle.

Il s'agit d'un sport à impacts médico-sociaux considérables, ouvert à tous les âges et assez tendance auprès des séniors...

CURIEUX, INTRIGUÉ OU SEPTIQUE ?

Venez nombreux découvrir ou essayer cette discipline conviviale à vocation **sport-santé**, qui casse les codes et lève les préjugés...

INFOS PRATIQUES

22 et 23 octobre 22 / 11h - 17h30

STADE CRUCHON 98 AV. BON AIR - MÉRIGNAC

Ouvert au public / Entrée libre / Restauration sur place

CONTACT PRESSE : Pierre de Rauglaudre - 06 13 43 38 68 - pierrederauglaudre@gmail.com

WHAT THE FOOT !



Le Foot en marchant ou « Walking Football » est une variante du football qui se pratique à effectif réduit. C'est une version lente du football avec des règles aménagées permettant une **pratique loisir totalement sécurisée et accessible** à tous et toutes (intergénérationnelle, mixité hommes-femmes et/ou sociale, inclusion handicap)

Né en Angleterre en 2011, il a été inventé initialement pour pousser des personnes de plus de 50 ans à pratiquer un sport et pour maintenir des relations sociales. Cette pratique s'inscrit dans la démarche du **Sport Santé**.



PIERRE DE RAUGLAUDRE
Créateur et président de l'AFFM
*Association Française de Football en Marchant



© Eugenio Hernández

EN ANGLETERRE

début en **2011**
1200 clubs
8 000 équipes
60 000 pratiquants

EN FRANCE

Apparition en **2014**
+ de **70** clubs identifiés
par l'AFFM* et la FFF
+ de **500** pratiquants

PIERRE, TU AS CRÉÉ L'AFFM IL Y A PRESQUE 3 ANS, QUELLES FURENT TES MOTIVATIONS ET QUELS SONT LES FUTURS PROJETS ?

En tant que fan de foot et en recherche de projets à fort impact social, j'ai tout de suite trouvé que l'idée était géniale.

Le walking foot coche toutes les cases : bon pour les séniors qui prolongent leur carrière sans se blesser, bon pour la mixité, pour l'intergénérationnel, bon pour la santé et le moral de tous. Le foot a bien besoin de se refaire une image et de se reconnecter au sport santé, au bien-être, à la «camaraderie» comme disent nos amis Anglais. Le walking foot y contribue à sa manière !

L'objectif de l'AFFM est simple : réussir en France ce que les Anglais ont réussi, à savoir + de 100 000 pratiquants !»

IMPACTS MÉDICO-SOCIAUX



© Eugenio Hernández



Un **football adapté** à la pratique pour des séniors :

- qui font moins de sport
- qui l'ont pratiqué et ne le pratiquent plus
- qui découvrent le plaisir de jouer « slow »

Bénéfices santé :

Réduit le stress et les temps de réaction
Réduit les risques cardiovasculaires et vasculaires cérébraux
Améliore la tension artérielle et la glycémie
Améliore l'équilibre et la force

En 2018, une étude de l'Université de Copenhague, parue dans la revue scientifique Plos One et réalisée sur un groupe d'hommes âgés de 63 à 75 ans, jouant au foot 2 fois par semaine pendant un an, a mis en évidence que leur santé, notamment cardiaque, a été améliorée par la pratique de ce sport, au bout de quatre mois seulement.

Les médecins ont remarqué une nette amélioration (15 %) des capacités respiratoires et cardiaques, une chute de 30 % des troubles musculaires, osseux et articulaires et une diminution de l'indice de masse corporelle de 3 % au bout de douze mois. D'autre part, les scientifiques ont également remarqué une meilleure régulation de la glycémie et du cholestérol dans le sang.

Impact Social

En plus de lutter contre la sédentarité, le foot en marchant permet de rompre l'isolement dont sont parfois victimes les personnes de ces tranches d'âge.

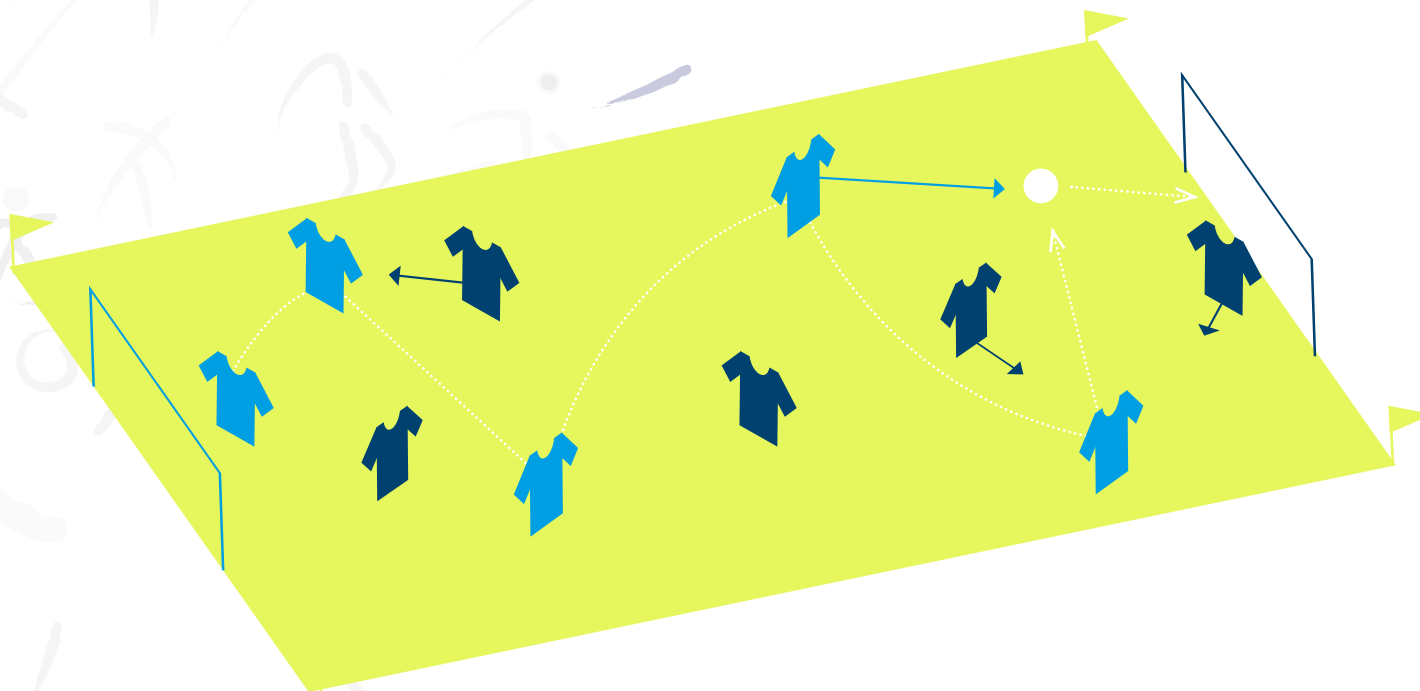
Inclusif, mixte et intergénérationnel

Cette pratique renforce l'estime de soi et la confiance des joueurs ne pouvant plus pratiquer le football ou de retour de blessure.

Elle permet de changer le regard et lever les préjugés sur la pratique du sport des personnes en situation de handicap, notamment lors de nos rencontres avec le Handisport Rennes-club.

Un des rares sports qui **promeut la mixité** dans le jeu le foot en marchant permet de créer des temps de convivialité entre personnes d'âges et de sexes différents (une quinzaine de pratiquantes en Ille-et-Vilaine), renforçant ainsi **cohésion sociale et solidarité**.

LA TECH DU SLOW FOOT



L'ESSENTIEL DES REGLES

Équipes de 5 à 7 joueurs (mixité possible)

Terrain de 27 à 37m de large / 35 à 55M de long

Cages : 3 à 4m de large / 1,2 à 2M de haut

Zone gardien arrondie de 4 à 6m du gardien

Point de penalty à 6m

Principe : Jeu de placement et de passes **sans courir** : toujours avoir un pied au sol. Hauteur de balle 2m max.

Sécurité : contact physique, tacles, jeu dangereux et tirs violents interdits.

Zones : limite du terrain, interdiction de pénétrer dans la zone du gardien (joueur de champ) ou hors de la zone (gardien). Pas de hors-jeu.

Sanctions :

Touches au pied

Coups francs et corner indirects adversaire à 3m







Penalty avec un seul pas d'élan

[lien vers règles complètes](#)



PRÉSENTATION DU CHALLENGE

SÉLECTIONS NATIONALES

	Sélection femmes + de 40 ans	Sélection hommes + de 50 ans	Sélection hommes + de 60 ans
 BASQUE COUNTRY		✓	✓
 ENGLAND	✓	✓	✓
 FRANCE	✓	✓	✓
 IRELAND REP. OF		✓	✓
 ITALIA	✓	✓	✓
 WALES	✓	✓	✓



STADE ANTOINE CRUCHON
98 AVENUE BON AIR
33700 MERIGNAC

[lien pour accéder au stade](#)

PROGRAMME

VENDREDI 21

20h CONFÉRENCE DE PRESSE
avec les responsables des délégations

JOURNÉE DU SAMEDI 22

A PARTIR DE **8H** - TRANSPORT DES ÉQUIPES

9h RENDEZ-VOUS DES ÉQUIPES
RÉUNION DES ARBITRES

9h30 PRÉSENTATION DES ÉQUIPES ET HYMNES

10h DÉBUT DES RENCONTRES

18h FIN DES RENCONTRES

20h COCKTAIL AU NOVOTEL DE MERIGNAC

JOURNÉE DU DIMANCHE 23

A PARTIR DE **8H** - TRANSPORT DES ÉQUIPES

9h RENDEZ-VOUS DES ÉQUIPES
RÉUNION DES ARBITRES

9h20 DÉBUT DES RENCONTRES

12h40 FIN DES RENCONTRES

13h15 REMISE DES RECOMPENSES
CÉRÉMONIE DE CLÔTURE

SAMEDI 22 OCTOBRE

Horaire	Durée	Terrain	Section	Equipe	Score	Equipe	Arbitre	
Time	Duration	Pitch	Group	Team	Result	Team	Referee	
09H30	20"	OPENING CEREMONY / CEREMONIE D'OUVERTURE						
10H00	40"	2x 20"	A	M 50+	WALES	0 - 0	FRANCE	BAS
10H00	40"	2x 20"	B	M 50+	ITALIA	0 - 0	BASQUE	WAL
10H00	40"	2x 20"	C	M 50+	IRELAND	0 - 0	ENGLAND	ITA
10H50	40"	2x 20"	A	M 60+	WALES	0 - 0	FRANCE	IRL
10H50	40"	2x 20"	B	M 60+	ITALIA	0 - 0	BASQUE	ENG
10H50	40"	2x 20"	C	M 60+	IRELAND	0 - 0	ENGLAND	ITA
11H40	60"	2x 30"	A	F 40+	ITALIA	0 - 0	FRANCE	WAL
			B					
11H40	60"	2x 30"	C	F 40+	WALES	0 - 0	ENGLAND	BAS
12H50	40"	2x 20"	A	M 50+	ITALIA	0 - 0	FRANCE	WAL
12H50	40"	2x 20"	B	M 50+	IRELAND	0 - 0	WALES	ENG
12H50	40"	2x 20"	C	M 50+	BASQUE	0 - 0	ENGLAND	ITA
13H40	40"	2x 20"	A	M 60+	ITALIA	0 - 0	FRANCE	WAL
13H40	40"	2x 20"	B	M 60+	IRELAND	0 - 0	WALES	ENG
13H40	40"	2x 20"	C	M 60+	BASQUE	0 - 0	ENGLAND	ITA
14H30	60"	2x 30"	A	F 40+	WALES	0 - 0	ITALIA	IRL
			B					
14H30	60"	2x 30"	C	F 40+	ENGLAND	0 - 0	FRANCE	BAS
15H40	40"	2x 20"	A	M 50+	IRELAND	0 - 0	FRANCE	ENG
15H40	40"	2x 20"	B	M 50+	WALES	0 - 0	BASQUE	ITA
15H40	40"	2x 20"	C	M 50+	ITALIA	0 - 0	ENGLAND	IRL
16h30	40"	2x 20"	A	M 60+	IRELAND	0 - 0	FRANCE	BAS
16h30	40"	2x 20"	B	M 60+	WALES	0 - 0	BASQUE	ENG
16h30	40"	2x 20"	C	M 60+	ITALIA	0 - 0	ENGLAND	WAL
17h20	40"	2x 20"	A	M 50+	IRELAND	0 - 0	ITALIA	ENG
17h20	40"	2x 20"	B	M 50+	WALES	0 - 0	ENGLAND	IRL
17h20	40"	2x 20"	C	M 50+	BASQUE	0 - 0	FRANCE	ITA
18H00	END OF GAMES / FIN DES MATCHS							

PLANNING DES RENCONTRES

Formule mini championnat :
5 matchs par équipes de 2x20 min

DIMANCHE 23 OCTOBRE

09H20	40"	2x 20"	A	M 60+	IRELAND	0 - 0	ITALIA	WAL
09H20	40"	2x 20"	B	M 60+	WALES	0 - 0	ENGLAND	BAS
09H20	40"	2x 20"	C	M 60+	BASQUE	0 - 0	FRANCE	ENG
10H00	60"	2x 30"	A	F 40+	FRANCE	0 - 0	WALES	ITA
			B					
10H00	60"	2x 30"	C	F 40+	ITALIA	0 - 0	ENGLAND	IRL
11H10	40"	2x 20"	A	M 50+	IRELAND	0 - 0	BASQUE	WAL
11H10	40"	2x 20"	B	M 50+	ENGLAND	0 - 0	FRANCE	BAS
11H10	40"	2x 20"	C	M 50+	WALES	0 - 0	ITALIA	ENG
12H00	40"	2x 20"	A	M 60+	IRELAND	0 - 0	BASQUE	ENG
12H00	40"	2x 20"	B	M 60+	ENGLAND	0 - 0	FRANCE	ITA
12H00	40"	2x 20"	C	M 60+	WALES	0 - 0	ITALIA	IRL
13H15	30"	CLOSING CEREMONY - CEREMONIE DE FIN						

PARTENAIRES



MÉDIAS

En savoir + sur le foot en marchant : (liens cliquables)

Le site de l'AFFM :

<https://www.affm.football/walking-football-sur-le-net>

Vidéo FFF

https://www.youtube.com/watch?v=znNX_WrgMQU

La présentation des équipes internationales AFFM

<https://www.youtube.com/watch?v=Dkyr0nhJcl06t=3s>

Un article SoFoot sur la rencontre internationale à Bilbao en mai dernier :

<https://www.sofoot.com/je-vous-assure-qu-a-la-fin-d-un-match-de-walking-foot-on-est-creve-515227.html>

+d'infos :
www.affm.football

CONTACT
Pierre De Rauglaudre
06 13 43 38 68
pierrederauglaudre@gmail.com

