

---

## Ma première sortie

Posté par:  
sur 16 Déc, 2019  
Catégorie : Divers

Bonsoir

J'ai fais dimanche matin (sous la pluie), ma première marche avec mes bâtons.  
10 km.... 2h... et des ampoules aux pieds.

Mais heureux de les avoir fait.

Les ampoules, c'est normal. J'avais des grosses chaussures de randonnées. Ce soir j'ai investi dans des chaussures de marche nordique. En plus un ongle au petit doigt de pied, mal foutu, qui m'a causé une ampoule sur le doigt d'a coté.

Je lui ais ratatiné la tronche au retour.. non mais 😄 J'en ais profité pour étalonner mon podomètre tout neuf, sachant que je connaissait la distance par coeur, pour l'avoir fait en moto.

Bref, heureux de cette première sortie.

J'ai déjà prévu des parcours plus courts (5km) pour faire en semaine.