



FLMP

Fédération Luxembourgeoise de Marche Populaire asbl



IVV

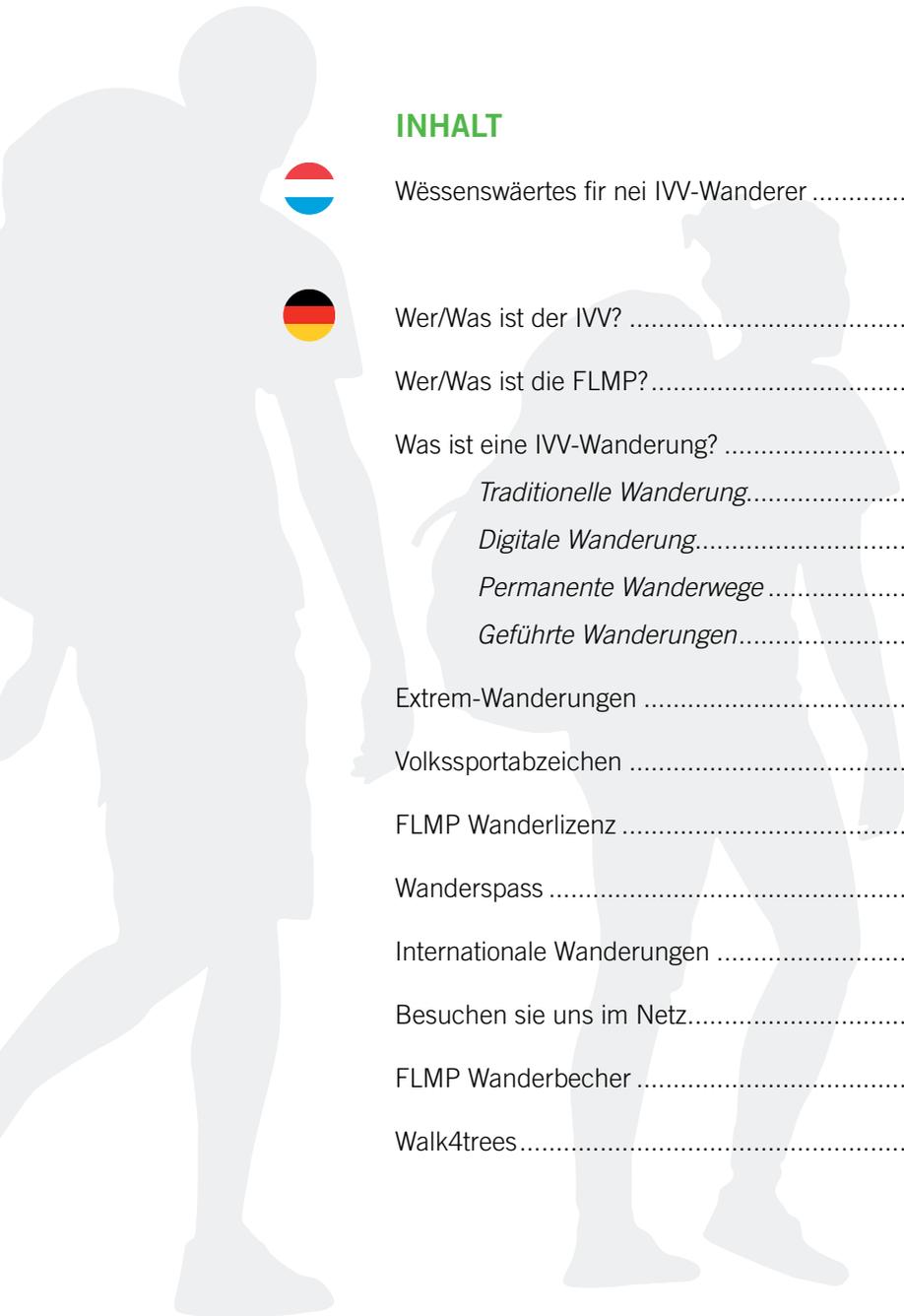
Internationaler Volkssportverband



Mat der
Lëtzebuenger
Wandersport-
federatioun op
IVV-Wanderung

*Wandern ist eine
Tätigkeit der Beine
und ein
Zustand der Seele.*

Josef Hofmiller, Schriftsteller und Lehrer



INHALT

Wëssenswäertes fir nei IVV-Wanderer	04
Wer/Was ist der IVV?	08
Wer/Was ist die FLMP?	10
Was ist eine IVV-Wanderung?	12
<i>Traditionelle Wanderung</i>	12
<i>Digitale Wanderung</i>	15
<i>Permanente Wanderwege</i>	18
<i>Geführte Wanderungen</i>	20
Extrem-Wanderungen	23
Volkssportabzeichen	24
FLMP Wanderlizenz	28
Wanderspass	30
Internationale Wanderungen	32
Besuchen sie uns im Netz.....	38
FLMP Wanderbecher	38
Walk4trees.....	39



1. Wat ass eng IVV-Wanderung?

Eng IVV-Wanderung ass eng Wanderung op engem markéierte Wee wou de Wanderer mat engem „IVV-Wanderstempel“ belount gëtt. All dës Wanderungen (Prospekt a Streckpläng) fënnt een op der Internetsäit vun der FLMP (www.flmp.lu).

Et ënnerscheet een tëscht:

- ▶ der Traditioneller IVV-Wanderung
- ▶ der Digitaler IVV-Wanderung
- ▶ de Permanenten IVV-Wanderweeër
- ▶ de Geféierten IVV-Wanderungen

Déi Traditionell IVV-Wanderung

Eng Organisatioun vun engem Veräin, dee während engem oder zwee Deeg verschidde Wanderstrecken, Rondweeër ubitt.

Jiddereen ass wëllkomm, et brauch én net Member vun engem Veräin ze sinn an eng Umeldung ass net néideg. Et wandert een no senge Méiglechkeeten - Distanz an Tempo däerf ee selwer festleeë. Et sicht een sech seng Startzäit meeschtens vu 07.00 – 14.00 Auer selwer eraus. Am Prinzip ass ëmmer um 17.00 Auer Schluss.

Och wann et keng Kontroll gëtt, esou ass et nëmme fair géintwuer dem Organisateur a senge Memberen, fir seng Participatioun ze bezuelen.

D'Strecken, vu +- 5 an 10 km, am Summer och 20 km an heiansdo eng Marathonstreck vun 42 km, sinn ëmmer Rondweeër, déi mat gielgréng Schëlde oder roude Bännercher markéiert sinn.

Déi Digital-Wanderung

Wanderung op enger Streck vun engem Trail oder Cup, déi muss mat enger Opzeechnung an enger sougenannte Wander-App beluecht ginn. Hei gëtt et keng Zäitlimitten an déi gewandert Distanz ka jidderee selwer decidéiere grad esou wéi den Zäitpunkt fir lasszegoen.

D'Offer vun den Trails & Cups gëtt stänneg op der Internetsäit vun der FLMP aktualiséiert. (www.flmp.lu).

Déi Permanent Wanderweeër

Verschidde Veräiner bidde Permanent Wanderweeër (PW) un, wou d'Längt tëscht 5 an 20 Kilometer ass. D'Kontrollen op de Strecke ginn all 3 Méint erneiert a mussen ënnerwee notéiert ginn. Dës Weeër ginn och a verschiddene Cupe mat verschiddene Stufen uegebueden. Jidderee ka selwer decidéieren, wéini e wëllt ee Permanente Wanderwee trëppelen.

Déi Geféiert Wanderungen

Iwwert d'Joer ginn och vill geféiert Wanderungen uegebueden. Dës Dis-

tanze leien am Prinzip tëscht 5 an 10 km. Sie ginn ëmmer op der Internetsäit vun der FLMP annoncéiert.

Sënn an Zweck vun de geféierte Wanderungen ass et, dem Wanderer Gesellschaft a Gespréich ze bidden. D'Vitesse ass limitéiert a gëtt vum Guide festgeluecht an dem Grupp ugepasst.

2. Wie eng Belounung ass dat „Internationaalt Volkssportabzeichen“?

Als Belounung fir d'Participatioun un enger IVV-Wanderung weltwäit gëtt et Validatiounsstempelen. D'Sammele vun dese Stempelen an den IVV-Validatiounshefter berechtigt een op eng Auszuechnung an Éierung. Hei ass de Motto „derbäi sinn ass alles“.

Et ginn 2 Zorte vu Validatiounshefter: Kilometerleeschtung oder Participatiounen.

Schon ab 500 Kilometer resp. ab 10 Participatiounen kritt een déi éischt Auszuechnungen. (Diplom, Ecusson a Pins). Weider Auszuechnunge ginn et no jeeweils 500 weidere Kilometer a bei 30, 50, 75, 100 Participatiounen, asw.

Et gëtt keng zäitlech Begrenzung. All Stempel ass ëmmer gültig an d'Hefter behalen ëmmer hir Gültigkeet.

3. Firwat eng FLMP-Wanderlizenz?

Wann ee wëll vun alle Virdeeler vun IVV-Organisatioune profitéieren an informéiert ginn iwwert aktuell an zukünfteg Wanderweeër, Cups & Trails a villes méi oder un den Éierunge vun der FLMP deelhuefen, muss een zu der grousser FLMP-Famill gehéieren. Dëst gëtt een, wann ee Member ass bei engem bei der FLMP affiliéierte Veräin.

Wann een sech nach net konnt fir ee Veräin decidéieren, offréiert d'FLMP och d'Méiglechkeet fir eng individuell Lizenz.

Fir esou eng Wanderlizenz brauch een net an de „médico-sportif“ ze goen, och wann d'FLMP Member ass vum Comité Olympique et Sportif Luxembourg (COSL).

Dës Lizenz begräift eng gratis Onfallversécherung vum Sportsministère bis zum Alter vu 75 Joer.



4. Wanderspaass fir all Alter an all Exigence

Speziell fir d'Kanner gëtt et Wandere- rungen, déi mam Partner Cactus uge- buede ginn:

eis „Yuppi-Wanderungen“. Bei ver- schidden IVV-Wanderungen, déi een um Internetsite www.flmp.lu fënnt grad esou wéi am FLMP-Kalenner, ginn et all Joer 6 sougenannte Yup- pi-Wanderunge fir Kanner vun 3-12 Joer a Begleedung vun hiren Elteren. Bei dëse Wanderungen ass ënnerwee Animatioun fir d'Kanner virgesinn.

Kanner, déi sech u méi Yuppi- Walke bedeelegen, ginn um Enn vum Joer zousätzlech belount.

5. International Wanderungen

Als Weltverband fir de Vollekssport leit et op der Hand, datt den IVV Or- ganisatiounen ubitt, déi zur Vëlker- verständegung bäidroen a wou Spaass a Freed um Sport un éischter Plaz stinn.

Dofir ginn ofwiesselend all 2 Joer **IVV-Olympiaden** an **IVV-Europiaden** ugebueden. Natierlech ginn all Infor- matiounen dozou an de Medie verëf- fentlecht.

Duerch International CUPS motivéiert den IVV och all seng Membere fir ak- tiv un de weltwäiten Organisatiounen deelzehuelen. Detailler fënnt een op

www.flmp.lu



Lëtzebuergesch Wandsportfederatioun:

mat Frënn ënnerwee



AGENCE IMMOBILIÈRE
TOUSSAINT Abby

Ganz Ouer fir Äre Projet!



**À l'écoute
pour vos projets!**



23A, rue Nicolas Welter | MERSCH
45, rue Grande-Duchesse Charlotte | MERSCH
105, Grand-Rue | ETTTELBRUCK



☎ **32 81 73-1**

✉ info@confiance.lu

www.confiance.lu



Wer/Was ist der IVV?

Der **Internationale Volkssportverband IVV**, gegründet 1968 von den Ländern Schweiz, Liechtenstein, Österreich und Deutschland ist eine gemeinnützige, ehrenamtlich geführte Organisation.

Seine Mission ist die Förderung der Gesundheit seiner Mitglieder durch angenehme körperliche und soziale Aktivitäten, die inklusive, integrativ, stressfrei, nicht wettbewerbsorientiert und nicht motorisiert sind. Seine Hauptbewegungsform ist das Wandern, aber je nach Klima, Geografie und kulturellen Gegebenheiten können auch andere Möglichkeiten einbezogen werden.

Volkssport/Breitensport, außerhalb von Gebäuden, ist für die Gesundheit der Menschen wichtig. Bei den Veranstaltungen sind nicht nur Spaß und Freude wichtig, sondern auch die sozialen Kontakte.

Bei internationalen Veranstaltungen werden Kontakte geknüpft ohne Unterschied auf Herkunft, Hautfarbe oder Religion, jede Personen- und Altersgruppe ist willkommen.

Über 4.000 Vereine und Verbände in 40 Ländern bieten heute Veranstaltungen weltweit an, was wesentlich zur weltweiten Völkerverständigung beiträgt.

Als Anerkennung für die wiederholte Teilnahme an Volkssportveranstaltungen verleiht der IVV das «Internationale Volkssportabzeichen»

Geschäftssitz des IVV ist in Altötting, Deutschland (Bayern).

Beim IVV Weltkongress 2010 in Luxemburg wurde ebenfalls ein Europäischer Volkssportverband gegründet.



IHR OFFIZIELLER TOURISMUS- PARTNER

luxembourg
ma ville · my city · meng stad



„Als einer von mehr als
150 offizielle Gästeführer der
Stadt Luxemburg freue ich mich,
Sie begrüßen zu dürfen.“

Das Luxembourg City Tourist Office ist Ihr offizieller Tourismuspartner der Stadt Luxemburg

- Entdecken Sie unsere Stadtführungen.
- Finden Sie alle touristischen Informationen über die Hauptstadt.
- Besuchen Sie unser Informationsbüro und unsere Website.
- Kontaktieren Sie uns per Telefon, E-Mail oder Chat und scannen Sie diesen QR-Code, um unsere Broschüren herunterzuladen.



luxembourg
city tourist office

30, Place Guillaume II · L-1648 Luxembourg · T. : (+352) 22 28 09 ·
touristinfo@lcto.lu · luxembourg-city.com



Wer/Was ist die FLMP?

Der Luxemburgische Wandersportverband, die **Fédération Luxembourgeoise de Marche Populaire** wurde 1971 gegründet und umfasst eine Vielzahl von Vereinen und Partner-Organisationen. Seine Mission ist die Förderung jeglicher Aktivitäten, die die Organisation und Verbreitung der Ausübung des Breitensports i.e. das Wandern, in Luxemburg begünstigen können.

So versteht der Luxemburgische Wandersportverband sich als Kommunikator, als Organisator, als Anbieter, als Beschaffer von Wandergelegenheiten, für Individual- wie für Gruppen-Wanderer. Dies wird bewirkt mithilfe seiner angegliederten Wandervereinen, Partnern und Sponsoren.

Die FLMP sorgt für eine große Bandbreite des Angebots, dies um den Wünschen ihrer Vielfalt von Mitgliedern sowie Interessenten zu entsprechen. Diese schließen nicht nur alle Alters- sondern auch Leistungsgruppen ein. Er versteht sich ebenfalls als Motivator und Ansporer zum erfolgreichen Gestalten eines Vereinslebens.

So werden nicht nur allsonntägliche IVV-Wanderungen angeboten, sondern ebenfalls Gemeinschaftswanderungen, die die Förderung des Gesell-

schaftssinns begünstigen. In der Tat ist die FLMP Mitglied des IVV, dem Internationalen Volkssportverband, dessen Aktivitäten in einem stressfreien, gesunden, natürlichen und reizvollen Umfeld stattfinden sollen. Jedem Verein der IVV-Wanderungen anbietet, obliegt es Wanderstrecken anzubieten die die schönsten «Ecken» der Gemeinde einschliessen, abseits der tagtäglich angebotenen Autopédestres etc. Touristisch wertvoll sind diese Wanderstrecken auf jeden Fall, bestehen sie denn nur an diesem IVV-Tag.

Die **Fédération Luxembourgeoise de Marche Populaire** ist Mitglied des Luxemburgischen Olympischen Comités.





OUTDOOR
& ADVENTURE

LA PLUS GRANDE
BOUTIQUE OUTDOOR
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG

Photo © Sophie Margue



TEXTILES | CHAUSSURES | ÉQUIPEMENTS



AUSSTÀ
MERSCH
MIERSCHBERG

la Belle Étoile
SHOPPING CENTER

f @ freelanders.lu

OUTDOOR24.LU
ADVENTURE ONLINESHOP



Was ist eine IVV-Wanderung?

Eine IVV-Wanderung ist eine von einem an die FLMP angegliederten Verein oder Partner angebotene Wanderstrecke deren Erwanderung mit einem «Wanderstempel» zertifiziert wird. Alle Wanderungen (Einladungsflyer mit Streckenplänen) kann man auf der Internetseite der FLMP (www.flmp.lu) einsehen.

Alle angebotenen Wanderstrecken können via GPX Datei auf jegliche Wander-App heruntergeladen werden.

In einem offiziellen « FLMP Kalender», den man käuflich erwerben kann, findet man ebenfalls das Jahresprogramm aller angebotenen Wanderungen.



Bei der grossen Anzahl von Angeboten kann man unterscheiden:

Die traditionelle IVV-Wanderung:

dh eine Organisation eines Vereins der während eines oder 2 Tagen verschiedene Wanderstrecken, Rundwege, anbietet, ausschildert und mit Kontrollen resp. Verpflegungs/Rast-Posten komplettiert. Sie finden an fast jedem Sonntag sowie Feiertag statt. Im Sommer finden auch viele Veranstaltungen an einem Samstag statt.



Es gibt keinen Leistungszwang und jeder hat die Möglichkeit, entsprechend seiner physischen Kondition, Strecke und Geschwindigkeit selbst zu bestimmen und so in seinem persönlichen Wohlfühltempo zu wandern!

Ablauf einer traditionellen IVV-Wanderung:

- ▶ Jeder ist willkommen, man braucht nicht in einem Verein zu sein und eine Anmeldung ist nicht nötig;

- ▶ Der Weg zum Start in einer Ortschaft, gewöhnlich Sport- oder Kulturzentrum, ist gut durch IVV-Schilder gekennzeichnet. Die genaue Adresse findet man ebenfalls auf den Einladungs-Flyer und kann sie so in GPS-Systeme eingeben und sich leiten lassen.
- ▶ Startzeiten sind fließend, ab 07.00 Zielschluss ist im Prinzip 17.00;
- ▶ Jeder kann seine Startzeit selbst bestimmen;
- ▶ Jeder kann in seinem eigenen Rhythmus gehen, es gibt keine Sollzeiten, man kann soviel rasten unterwegs wie man will;
- ▶ Startkarten zu einem sehr sozialen Preis gibt es im Startbüro, Kinder bis 14 Jahre sind gratis



**START
DEPART**

Kontakt
FLMP
B.P. 56
L-9201 Diekirch
Tel.: +352 691 302 687
info@flmp.lu
www.flmp.lu

**ZIEL
ARRIVEE**

Kontakt
FLMP
B.P. 56
L-9201 Diekirch
Tel.: +352 691 302 687
info@flmp.lu
www.flmp.lu



- ▶ Obschon es keine Kontrolle gibt, gebietet es Rechtschaffenheit und Fairness gegenüber dem anbietenden Verein und seinen arbeitenden Mitgliedern, das minimale Startgeld auch zu zahlen;
- ▶ Die Wanderstrecken von +- 5km, 10km, im Sommer auch 20km und gelegentlich Marathonstrecken von 42km sind immer Rundwege und mit grüngelben IVV-Schildern oder orangefarbenen Bändern gezeichnet.



- ▶ Jeder kann die für ihn geeignete Wanderstrecke auswählen, und die Zeit, die er auf der Strecke verweilen möchte, selbst bestimmen.

- ▶ Pro +- 5km gibt es eine „Kontrollstation“. Hier gibt es gratis Wasser und Tee für alle Teilnehmer. Hier soll/muss auch die Startkarte zum „stempeln“ vorgelegt werden.
- ▶ Zurück am Ziel, kann der Wanderer sich seine gestempelte Kontrollkarte in sein IVV-Wertungsheft eintragen lassen.



- ▶ Hier gibt es auch die Möglichkeit einen Imbiss zu sich zu nehmen und noch eine gute Zeit in bester Gesellschaft zu verbringen.



Die Digitale Wanderung:

dh die Wanderung auf einem angebotenen Cup oder Trail, deren Abschluss mit der Aufzeichnung in einer sogenannten Wander-App belegt werden muss. Hierzu gibt es keine Zeitbegrenzungen, und die Länge der Strecken sind frei wählbar. Jeder Wanderer entscheidet selbst wann er diese Strecken in «Angriff» nimmt.

Die zur Verfügung stehenden Trails und Cups werden ständig auf der Internetseite der FLMP aktualisiert. Die bekanntesten sind Autopédestre-Cup, Müllerthal-Trail-Cup, Escapardenne, CFL-Cup, Camino usw.. Verschiedene Vereine/Gemeinden bieten ebenfalls Cups und Trails an. Die Auswahl ist gross und wird beständig erneuert.

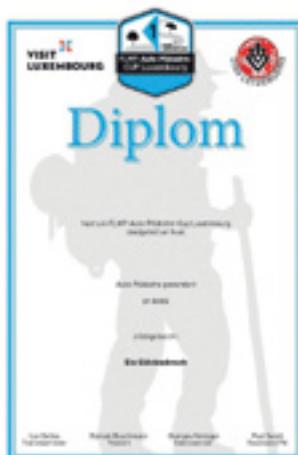
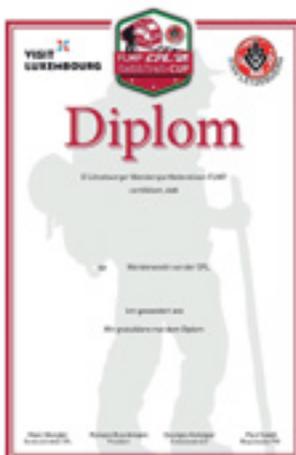
Man kann die Trails unterteilen in Rundwege, Weitwanderwege, Grenzüberschreitende Weitwanderwege etc..

Ablauf einer Digitalen Wanderung:

▶ Startkarten zu den jeweiligen Cups und Trails werden im Sekretariat der FLMP geordert. Die Preise sind unterschiedlich.

- ▶ Grössere Cups/Trails können in mehreren Stufen erwandert werden.
- ▶ Jede Wanderung muss mit der Aufzeichnung in einer sogenannten Wander-App beglaubigt werden.
- ▶ Nach Abschluss einer Stufe werden die Aufzeichnung sowie die ausgefüllte online Startkarte an das Sekretariat der FLMP elektronisch gesandt.
- ▶ Zur Belohnung des Abschlusses erhält der Wanderer, je nach Stufe: Wertungsstempel für gewanderte Kilometer, pro Wanderstrecke einen Teilnahmestempel, ein Diplom sowie einen Stoffaufnäher oder Medaille.







Diabetes?

betrëft dat mech *

////////////////////



» D'Maison du Diabète vun der ALD bitt lech:

////////////////////

- eng Hotline
- eng Ulafstell fir Leit mat Zocker an hir Familljen
- personaliséiert Berodungen vu spezialiséiertem Fachpersonal
- Coursen a Weiderbildungen am Grupp
- sozial a sportlech Aktivitéiten
- Dokumentatioun, eng Bibliothéik
- Konferenzen, Formatiounen ...

» Interesséiert? Da kontaktéiert eis!

////////////////////

- * www.ald.lu
- * T: 48 53 61
- * E: info@ald.lu





Die Permanenten Wanderwege:

Verschiedene Vereine bieten sogenannte PW's an deren Länge zwischen 5km und 20km variiert. Die Kontrollen unterwegs werden trimestriell erneuert und sind manuell einzutragen. Diese Wege können ebenfalls in verschiedenen Leistungsstufen erwandert werden. PW's sind perfekt ausgeschildert, die Art und Weise der Beschilderung ist entweder auf der Seite der FLMP, des anbietenden Vereins, oder vor Ort ersichtlich. Die zur Verfügung stehenden PW's werden ständig auf der Seite der FLMP aktualisiert. Jeder Wanderer entscheidet selbst wann er diese Strecken in «Angriff» nimmt.



Ablauf einer Wanderung auf einem Permanenten Wanderweg:

- ▶ Startkarten können vor Ort (Start/ Zielort ist auf den Einladungsflyer vermerkt) gekauft werden sowie auch im Sekretariat der FLMP geor-

dert werden. Hier kann man auch ein „Package“ kaufen, heisst von jedem PW gibt es eine Startkarte.

- ▶ Auf der ausgeschilderten Wanderstrecke befindet sich im Durchschnitt pro 5km eine Kontrolltafel. Der Wanderer trägt die Kontrollbuchstaben auf seine Startkarte ein.
- ▶ Nach Ende der Wanderung legt der Wanderer seine ausgefüllte Startkarte als Wanderbeweis vor, und lässt sich so seine KM sowie Teilnahme-Leistung in seinem Sammelheft eintragen.
- ▶ Falls ein PW-Startlokal geschlossen ist, hat der Wanderer die Möglichkeit eine Online Startkarte auf der Webseite der FLMP herunterzuladen. Bezahlt und ausgefüllt zurückgesandt an das FLMP Sekretariat, werden ihm die PW-Stempel (Km, Teilnahme) über den Postweg zugestellt.

Die FLMP bietet im Zusammenhang mit den PW's verschiedenen Cups an.

- ▶ PW-CUP 1: viermalige Erwanderung von wenigstens 20 PW's
- ▶ PW-CUP 2: siebenmalige Erwanderung von wenigstens 20 PW's
- ▶ Den Finisher erwarten Zertifikate sowie Stoffaufnäher!





Die Geführte Wanderungen:

Sowohl die FLMP als auch verschiedene Vereine bieten über das Jahr geführte Wanderungen an. Die Distanzen sind im Prinzip moderat, zwischen 5km und 10km, auch wenn gelegentlich Geführte Marathon-Strecken angeboten werden.

Die zur Verfügung stehenden Geführte Wanderungen, werden ständig auf der Seite der FLMP aktualisiert. Im Prinzip finden sie an Wochentagen statt.

Geführte Wanderungen sind sehr vielfältig und können über eine kurze Strecke, über eine Tageswanderung, bis zu einer Wanderwoche angeboten werden. Es können sowohl Themen-Wanderungen sein als auch Wanderungen auf bestimmten Wanderstrecken. Eine Anmeldung, auch für kurze Strecken, ist ratsam um dem Veranstalter die Möglichkeit zu geben genügend Guides zur Verfügung zu haben.

Sinn und Zweck der geführten Wanderung ist dem Teilnehmer Gesellschaft und Gespräch zu bieten. Die Wandergeschwindigkeit ist begrenzt und wird vom Wanderführer vorgegeben und den Teilnehmern angepasst. Den An-

ordnungen des Wanderführers ist unbedingt Folge zu leisten.

Die Stempelvergabe erfolgt durch den Organisator am Ende der Geführten Wanderung.



*Das Geheimnis des
Vorwärtstommens
besteht darin,
den ersten Schritt zu tun.*

(Mark Twain)

*Die Landschaft erobert
man mit den Schuhsohlen,
nicht mit den Autoreifen.*

Georges Duhamel

**33 KM
3 LÄNNER
KENG
GRENZEN**



DE NEIE M³-TRAIL AM DRÄILÄNNERECK
LËTZEBUERG – DÄITSCHLAND – FRANKRÄICH



Als Geführte Wanderung kann man auch Wanderreisen ins Ausland bezeichnen die von der FLMP gelegentlich angeboten werden und sich sehr grosser Beliebtheit erfreuen. Diese Reisen werden ebenfalls im Kalender der FLMP angekündigt.

lern-Wanderungen sind eine angenehme Begleiterscheinung.

Einen speziellen Aufnäher sowie einen Eintrag in die «Hall of Fame» der FLMP, gibt es seitens der FLMP für jeden Wanderer der an einer 100km/24h Wanderung teilgenommen hat.



Extrem-Wanderungen: Sowohl die FLMP als auch verschiedene Vereine bieten alljährlich Reisen zu Extrem-Wanderungen über 80km - 100km u.mehr in 24h Stunden an. Informationen zu diesen Wanderungen sind im Sekretariat der FLMP erhältlich. Vorbereitungswanderungen i.e. Nachtwanderungen und Kennen-





Was ist das Internationale Volkssportabzeichen?

Zur Belohnung und zur Motivation: eine besondere Auszeichnung !

Als Belohnung für das Teilnehmen an jedweden IVV-Wanderungen weltweit gibt es Wertungsstempel. Das Sammeln dieser Stempel in sogenannten Wertungsheften des IVV berechtigt zu Auszeichnungen und Ehrungen !

Berechtigt schon die Teilnahme zu Wertungen, nach dem Motto: «Dabei sein ist alles» kann man ebenfalls die sportliche Leistung durch gewanderte Kilometer auszeichnen lassen.

Nach Zahlung eines kleinen Unkostenbeitrags kann man anlässlich einer «traditionellen» Wanderung, oder über das Sekretariat der FLMP:

- ▶ Ein Teilnahme-Wertungsheft
- ▶ Ein Kilometer-Wertungsheft, erwerben.



Ehrungen werden zuteil:



▶ Teilnahmewertungen:

- Nach 10, 30, 50 Teilnahmen an einer IVV-Wanderung
- In Abschnitten von 25 Wanderungen, von 50 bis 600 Teilnahmen
- In Abschnitten von 50 Wanderungen, von 600 bis 1.500 Teilnahmen
- In Abschnitten von 100 Wanderungen, von mehr als 1.500 Teilnahmen

► Kilometerwertungen:

- In Abschnitten von 500km bis 8.000 gewanderte Kilometer
- In Abschnitten von 1.000km, von 8.000 km bis 22.000 km
- In Abschnitten von 3.000km, von 22.000km bis 25.000km
- In Abschnitten von 5.000km, bei mehr als 25.000 gewanderten Kilometer.



Ehrungen bestehen aus:

- Stoffaufnäher mit der Anzahl der Teilnahmen/gewanderten Kilometer
- Anstecknadel
- Diplom

Es gibt keine zeitliche Begrenzung. Die Stempel verlieren ihre Gültigkeit nicht und die Wertungshefte können jederzeit zur Zertifizierung vorgelegt werden.





Erwerb eines IVV-Wertungsheftes werden die ersten 10 Teilnahmen/gewanderte Kilometer in dieses übertragen. Jeder Wanderer kann nur einmal eine Schnupperkarte «benutzen».

Internationales Volkssportabzeichen

TEILNEHMERKARTE

Nach 10 Teilnahmen haben Sie das bronzene Volkssportabzeichen erwandert.

Name
Nachname

Vorname
Nachname

Strasse
Nr.

FLMP-Bezirk
Ort

Geburtsdatum
Geburtsort

(Bitte in Blockbuchstaben ausfüllen!)

www.flmp-ivv.lu



GRATIS

Als Motivation und Entscheidungshilfe kann der Wanderer eine Gratis-Schnupperkarte erhalten, in die er die ersten 10 Teilnahmen, resp. gewanderte Kilometer der ersten 10 Wanderungen eintragen lässt. Bei abgeschlossener Schnupperkarte erhält der Wanderer sein erstes Zertifikat, Ehrennadel sowie Stoffaufnäher als Ermutigung. Entscheidet er sich zum

- ▶ Alle 2 Jahre findet ein von der FLMP organisierter «Tag der Ehrungen» statt. Hier werden die verdienstvollen Wanderer für Ihre Ausdauer/Leistung mit ihrem Einverständnis öffentlich geehrt.

ERLEBEN SIE LUXEMBURG MIT DER CFL

© Inata Lusso

Nutzen Sie
die attraktiven
Reise-Pakete von

CFL evasion

Mehr Infos:
www.cflevasion.lu
oder
☎ +352 4990 4800



VISIT
LUXEMBOURG

www.cfl.lu

75
1946-2021

CFL



Warum eine FLMP-Wanderlizenz?

Zum Wandern braucht man nicht Mitglied eines Vereins zu sein. Auch eine Lizenz ist nicht nötig. Die Bezahlung des geringen Startgeldes bei IVV-Wanderungen genügt um den Versicherungsschutz des Organisators zu genießen.

Will man allerdings von den Vorteilen der IVV-Organisationen, wie umfassende, beständige Informationen über aktuelle und zukünftige Wanderrouten, Cups & Trails profitieren, will man an den mannigfaltigen Ehrungen der FLMP teilnehmen, muss man Mitglied der FLMP-Wander-Gemeinschaft sein.

Dies kann man, indem man Mitglied eines der an die FLMP angegliederten Vereine wird, und so Teilnehmer an den gesellschaftlichen Aktivitäten wird. Jeder Verein freut sich ebenfalls über eine «Helfende Hand» bei der jährlichen Organisation einer IVV-Veranstaltung. Jeder Verein bietet seinen Mitgliedern im Prinzip eine Gratis-Wanderlizenz an.

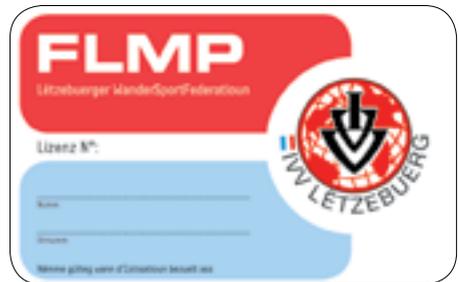
Eine Liste der angegliederten Vereine mit Adressen findet man auf der Seite:

www.flmp.lu

Jeder Verein wird sich über eine Unterstützung freuen!

Ist man noch unentschieden, welchem Verein man eventuell beitreten möchte, bietet die FLMP auch die Möglichkeit einer Individuellen Lizenz an. Eine diesbezügliche Anfrage auf www.flmp.lu wird unverzüglich beantwortet.

Die Erteilung einer FLMP-Wanderlizenz ist, obschon die FLMP Mitglied des Luxemburgischen Olympischen Komitees ist, nicht von einem Besuch des Centre Médico Sportif abhängig.



*Ich habe mir meine besten Gedanken
ergangen und kenne keinen Kummer,
den man nicht weggehen kann.*

Sören Kierkegaardh



Guttland.Trails

DIE SCHÖNSTEN WANDERWEGE DER REGION GUTTLAND

Genusswandern in Luxemburg

Abgelegene Felsformationen, unberührte Wälder und Felder, verborgene Bäche sowie kleine Seen, atemberaubende Aussichten, ...

Das Guttland hält so einige verborgene Schätze versteckt, die nur darauf warten, erkundet zu werden!

Verfolgen Sie die Entwicklung der kurzen Qualitätswanderwege:

 facebook.com/Guttland.Trails

Visit 
Guttland



Wanderspass für jedes Alter – jeden Anspruch

Wir Menschen sind soziale Wesen, gemeinsam mit anderen fühlen wir uns sicher und wohl. Beim Wandern ist die Kommunikation im Fluss – beim gemeinsamen Gehen kommt man unkompliziert ins Gespräch. Gemeinsames Erleben verbindet - vorhandene Beziehungen zu anderen werden gestärkt, neue Freundschaften entstehen. Die meisten Menschen wandern mindestens zu zweit: Die liebsten Wanderpartner*innen sind Partner*innen, Freunde und Familie aber auch das gemeinsame Wandern im Verein ist beliebt.

So gibt es spezielle «Kinder-Wanderungen», zusammen mit unserem Partner Cactus:



die **Yuppi-Wanderungen**.

Bei verschiedenen IVV-Wanderungen, die man auf www.flmp.lu, im offiziellen FLMP Kalender erfahren kann, gibt es jährlich 6 Yuppi Wanderungen für Kinder von 3 – 12 Jahren, in Begleitung der Eltern. Bei diesen Wanderungen sind verschiedene Kinderanimationen vorgesehen.

Bereits nach 3 erfolgreichen Teilnahmen werden die Kinder bei der jährli-

chen Abschlussfeier mit einem kleinen Geschenk belohnt. Bei zusätzlichen Teilnahmen an weiteren IVV-Wanderungen warten weitere Auszeichnungen auf die jungen Wanderer.







Internationale Wanderungen

Als weltweit agierendem Volkssportverband obliegt es dem IVV Organisationen anzubieten die Völkerverständigung durch das Teilen von Spass und Freude am Sport als oberstes Gebot haben.

So werden abwechselnd alle 2 Jahre IVV-Olympiaden und IVV-Europiaden angeboten. Die jeweiligen Austragungsorte und Daten werden selbstverständlich in allen Medien veröffentlicht.



Ebenfalls durch das Anbieten Internationaler CUPS motiviert der IVV seine Mitglieder aktiv an seinen weltweiten Veranstaltungen teilzunehmen.

So richtet man zb aus:

IVV-World-Cup

Teilnahmebedingung: Beteiligung an wenigstens 2 IVV-Organisationen auf 3 Kontinenten (heisst in 6 verschiedenen Mitgliedsländern), sowie an 2 verschiedenen Olympiaden.

IVV-Europa-Cup I:

Teilnahmebedingung: Beteiligung an IVV-Organisationen in 14 verschiedenen Europäischen Ländern

IVV-Europa-Cup II:

Teilnahmebedingung: Beteiligung an IVV-Organisationen in 16 verschiedenen Europäischen Ländern

EUROPAWANDERER:

Teilnahmebedingung: Beteiligung an IVV-Organisationen in 10 verschiedenen Europäischen Ländern



flyer broschüren

fotokopien banner

plakate aufkleber

poster xxl beachflags

visitenkarten roll-ups

und vieles mehr...

typo95
[PRINT & DESIGN]



Ihre DRUCKEREI

...wir für Sie **in Wasserbillig**



L-6633 WASSERBILLIG
74a, route de Luxembourg



(+352) 72 77 66



www.typo95.lu



info@typo95.lu

*Auch der längste Marsch
beginnt mit dem
ersten Schritt.*

Laozi, chin. Philosoph



BE
BE

sparty

Belle Etoile
SHOPPING CENTER

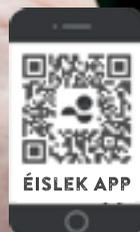
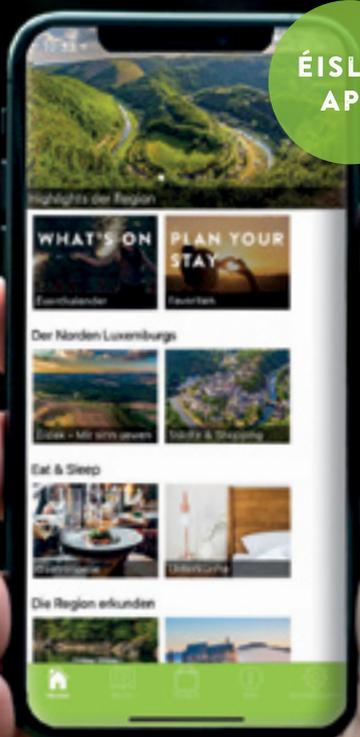
belle-etoile.lu



**ÉISLEK
APP**

**ENTDECKE
DEN NORDEN
LUXEMBURGS!**

WWW.VISIT-EISLEK.LU

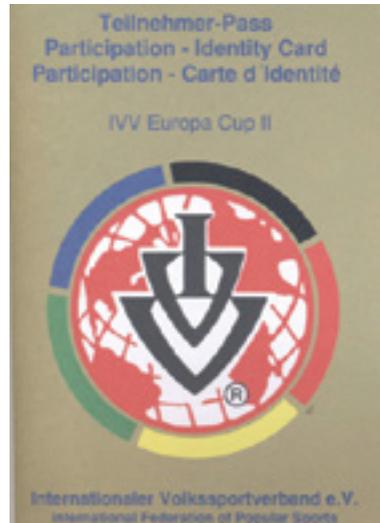


EUROPA WANDERT:

Teilnahmebedingung: Beteiligung an 2 verschiedenen Europiaden, 1 Olympiade und IVV-Organisationen in 12 verschiedenen europäischen Ländern.

IVV/IML-CUP

Sinn und Zweck dieses Cups ist die Zusammenarbeit des IVV mit der « International Marching League (IML) » zu fördern.



Startkarten und weitere Informationen gibt es jeweils im Sekretariat der FLMP, oder des IVV.

Europäische Mitgliedsländer/Vereine sind aktuell: Deutschland, Österreich, Schweiz, Luxemburg, Dänemark, Südtirol, Belgien, Frankreich, Norwegen, Italien, Schweden, Holland, Grossbritannien, Finnland, Ungarn, Tschechische Republik, Slowakei, Estland, Island, Griechenland, Polen, Zypern, Irland, Spanien, Slowenien, Malta, Türkei, Portugal, Kroatien, Lettland, Litauen, Andorra, Rumänien, Serbien.



Besuchen sie uns im Netz

Der Luxemburgische Wandersportverband, FLMP, bietet interessante Informationen auf seiner Internetseite www.flmp.lu an. Besuchen sie uns, entdecken sie uns und werden sie Mitglied der Wandergemeinschaft in Luxemburg.

Hier finden sie u.a.:

- ▶ Den Kalender der aktuellen IVV-Wanderungen, dies mit allen nützlichen und wichtigen Informationen
- ▶ Einladungen zu kommenden Events
- ▶ Informationen und Statistiken der Wanderungen
- ▶ Verzeichnis aller Wandervereine Luxemburgs, mit Adressen
- ▶ Vorstellung des aktuellen Vorstandes der FLMP
- ▶ Den FLMP-SHOP in dem man sogar seine Startkarten bestellen kann.

Der FLMP-WANDERBECHER

Der Luxemburgische Wandersportverband hat das Problem der Plastikbecher an den Kontroll- und Verpflegungsstationen, seit 2017 gelöst. Dies durch die Herstellung und den Verkauf des sogenannten: FLMP-WANDERBECHERS.

Entworfen in Zusammenarbeit mit dem Umweltministerium und der Superdrecskesch, hat der Becher eine Grösse von 8cm und einen Durchmesser von 7,9 cm. Sein Inhalt beträgt 30cl. Er ist aus PP (Thermoplastischem Kunststoff), kann immer wieder eingeschmolzen werden und so neu verwertet werden. Er kann sowohl in der Mikrowelle erhitzt werden, als auch in der Spülmaschine gereinigt. Er ist bruchstabil und temperaturbeständig bis 70 Grad.

Zu kaufen gibt es ihn, sogar mit Deckel, sowohl bei allen IVV-Wanderungen als auch beim FLMP-Sekretariat, wo er bestellt werden kann.





Ein aktives, dauerhaftes Natur und Klimaschutzengagement ist dem Luxemburgischen Wandersportverband ein grosses Anliegen.

Im Rahmen seiner permanenten Walk4trees-Aktion sorgt er gemeinsam mit seinen angeschlossenen Vereinen dafür, dass bei jeder traditionellen IVV-Wanderung in Luxemburg, dank einer entsprechenden Spende, ein Baum gepflanzt wird.

Die Bäume werden in offizieller Partnerschaft mit der "Fondation Hëllef fir d'Natur" an adequaden Standorten in Luxemburg gepflanzt.

So sorgt der Luxemburgische Wandersportverband nicht nur dafür, dass sich die CO2-Bilanz verbessert, sondern zeigt Verantwortung und beweist sein nachhaltiges Denken !

*Die schönen Dinge
siehst du nur,
wenn du
langsam gehst.*



**Fédération
Luxembourgeoise
de Marche
Populaire asbl**

FLMP SEKRETARIAT
Tél: **+352 691 30 26 87**
(während der Bürostunden)

B.P. 56
L-9201 Diekirch

Mail: info@flmp.lu

WEBSITE: www.flmp.lu

FACEBOOK SÄIT:
**Letzebuenger
Wandersportfederatioun**

1. Ausgabe

gedruckt auf Recyclingpapier, FSC