

Un parcours du coeur sous la pluie mais avec le sourire



En extérieur ou en intérieur, la même envie de transmettre des connaissances.

Comme bien des organisateurs de manifestation en ce mois de mai, les bénévoles de l'ASSJ-Omnisports, d'ADN, de Marchà pied, de Par Chemins et du centre hospitalier de Saint-Junien ont été contraint d'affronter un temps particulièrement maussade hier, au stade d'athlétisme, pour le Parcours du coeur. Fort heureusement, la manifestation est particulièrement bien inscrite dans le calendrier des Saint-Juniauds et c'est entre 120 et

150 personnes qui ont participé aux différentes activités proposées. Des randonnées bien entendues, mais également une initiation à la marche nordique par ADN, une initiation et une démonstration de taïso et de self-défense par l'ASSJ Judo et un atelier Acti'March proposé par l'ASSJ Gymnastique Volontaire. Une offre variée qui a permis au Parcours du coeur d'atteindre son objectif, comme l'explique le professeur Patrice Virot, responsable en Limousin de la Fé-

dération française de cardiologie. *«Il faut savoir qu'une activité physique quotidienne diminue de 30% le risque de maladie cardio-vasculaire, prévient positivement la survenue de certains cancers et agit également sur la récurrence des maladies chroniques.*

Tout l'enjeu est là pour nous, il s'agit de faire en sorte que des gens éloignés de l'activité sportive puissent faire vivre leur droit au sport-santé.» Une très belle initiative comme on le voit.