

Le "Parcours du Cœur" représente la plus grande initiative de prévention-santé en France.

Date(s) pour cet événement

Le 06 avril 2025 de 09h30 à 12h00

Ajouter au calendrier

- [iCalendar](#)
- [Outlook](#)
- [Google Calendar](#)
- [Yahoo Calendar](#)



Fédération
Française de
Cardiologie

UN CŒUR QUI VA,
LA VIE QUI BAT

LES PARCOURS DU

Cœur

Dim.
6 avril
2025



ACTIVITÉS PHYSIQUES



ALIMENTATION ÉQUILIBRÉE



ARRÊT DU TABAC



GESTION DU STRESS



GESTES QUI SAUVENT



J'aime mon cœur, je participe.

La ville et l'association GEA vous donnent rendez-vous
au complexe sportif Léo Lagrange :

9h

accueil petit-déjeuner

9h30

départ pour une marche d'environ 5km

10h30

initiation aux gestes qui sauvent & animation
« prévention des chutes » encadrées par l'UFOLEP
et stands sportifs

Une collecte de fonds au profit de la
fédération de cardiologie sera organisée
avant le départ par l'association GEA.

ufolep



Contrairement à l'information figurant sur le calendrier 2025, l'événement initialement prévu le dimanche 9 mars se tiendra le dimanche 6 avril 2025.

Libercourt, petits et grands se mobilisent aux côtés de l'association Gymnastique d'Entretien pour Adultes, avec le soutien de la ville, pour lutter activement contre les maladies cardiovasculaires.

Le 6 avril, bougez, respirez, prenez soin de vous !

Il n'est jamais trop tôt ni trop tard pour veiller sur sa santé ! Que vous soyez jeune ou dans la force de l'âge, rendez-vous le dimanche 6 avril dès 9h au complexe Léo Lagrange pour une matinée dédiée au bien-être et à l'activité physique.

En compagnie des associations sportives locales venez (re)découvrir que l'activité physique peut être source de plaisir et peut contribuer à combattre l'obésité, l'hypertension artérielle ou encore le stress.

Au programme :

- ✓ Marche solidaire de 5 km à travers la ville
- ✓ Initiation aux gestes qui sauvent
- ✓ Animation prévention des chutes
- ✓ Stands sportifs

Les élèves impliqués dans le parcours du coeur

Cette année, les écoliers du CP au CM2 participent une nouvelle fois à cet évènement national !

Le service des sports leur proposera différentes activités sportives afin de mesurer leur endurance, leur coordination ou encore leur vitesse.

L'objectif ? Proposer un plan d'actions sportifs adapté aux besoins des élèves.

Cette initiative vise à sensibiliser les enfants à l'importance de l'activité physique et à leur donner des clés pour adopter de bonnes habitudes dès le plus jeune âge.

Informations pratiques

Lieu

Complexe Léo Lagrange

62820 libercourt

France

Tarifs

Gratuit

Adresse Email

sports@libercourt.fr

Public cible de l'événement

Tout public