

Confréries

► Amicale des cyclo-cardiaques

Septembre en Saintonge

Après la Bourgogne, la Provence et le Gers, régions au relief marqué, l'Amicale des Cyclos Cardiaques avait, une fois n'est pas coutume, opté pour une région plate – la Charente Maritime – pour sa semaine « Maxime Brégeron ». L'Assemblée Générale qui s'est tenue à Saint-Georges-de-Didone, a été l'occasion du renouvellement du poste de président. C'est un Normand, Gérard Lécureuil qui a succédé à Josiane Besset laquelle avait vaillamment tenu le cap pendant cinq années, à la satisfaction de tous.

Avec un temps favorable, les cent quatorze participants se sont régalés sur des parcours faciles. Plusieurs points forts ont ponctué ces balades : les parcours le long de la Gironde qui ouvraient de belles perspectives vers les vignobles du Bordelais, la visite de Saintes dont la richesse architect-

urale est due à l'occupation gallo-romaine ainsi qu'aux trésors de l'art roman local des églises et enfin, après une approche en voiture, le tour de l'île d'Oléron par des pistes cyclables sous un ciel tout bleu.

Les soirées ont aussi été bien remplies avec notamment la conférence-débat d'un cardiologue et la soirée « cabaret » où plusieurs sont montés sur les planches pour le plaisir de tous.

Une fois de plus, nous avons mis en pratique ce que préconise le corps médical : « Bougez votre corps ». Le bien-être ressenti après un effort fait en endurance, effort pendant lequel l'hydratation régulière est vitale, montre une fois de plus que le pépin cardiovasculaire ne sonne pas la fin de toute activité physique. Et, à travers notre association, cela permet à chacun de relativiser ses appréhensions grâce aux échanges qui se font naturellement et de rencontrer des gens formidables, venant de tous les milieux sociaux.

Vous qui avez eu un problème cardiaque,

n'hésitez pas à venir rouler avec nous : il y a sans doute un correspondant dans votre région qui vous invitera à faire une « rencontre sur route »... Et faire étape dans une auberge !

A l'an prochain dans la région d'Obernai en Alsace ! ■

Pierre Poisson

Contact : 01 39 62 23 41
contact@cyclocardiaques.org



Josiane Besset (à gauche) a laissé sa place au nouveau président Gérard Lécureuil (au centre)