

SAINT-GEORGES-DES-GROSEILLERS

250 cyclos ont pris leur cœur en main

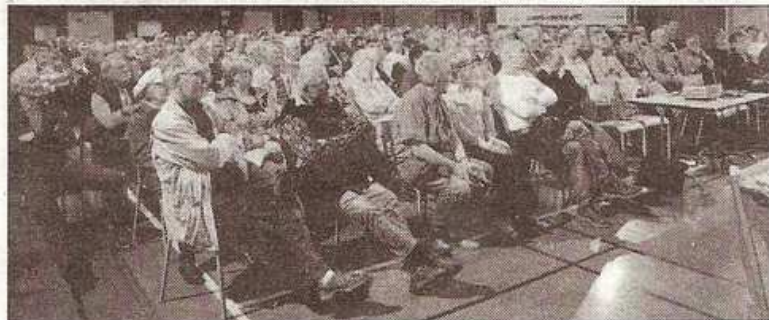
La salle Maurice-Lecocq a fait le plein, jeudi 29 mars, pour la conférence sur les risques cardiaques organisée par le comité départemental de cyclotourisme de l'Orne. 250 cyclotouristes, le plus souvent accompagnés de leurs conjointes, ont écouté les conseils du docteur François Le Van, médecin fédéral à la Fédération française de cyclotourisme et du docteur Jérôme Guibert, bien connu dans la sphère locale du cyclisme où il officie chaque année, entre autres, sur le Tour de Normandie.

Le sujet préoccupe aussi

bien les responsables des structures (clubs, comités et fédération) que les pratiquants.

Une riche idée

Comment concilier les bienfaits de la pratique raisonnée du cyclotourisme et prévenir les risques cardiovasculaires ? Comment utiliser, à bon escient, le cardio fréquencemètre pour une gestion maîtrisée des sorties ? Pendant près de 2 h, des conseils pratiques ont été donnés sur les principes élémentaires d'accompagnement des sorties.



250 participants étaient rassemblés, salle Lecocq.

L'association des cyclos cardiaques a évoqué d'autres façons de pédaler en évitant les pratiques dangereuses. « Nous avons besoin de cela.

Avec des exposés d'une grande qualité, tous très utiles pour revoir les conduites de nos sorties » confiait un participant venu de Lisieux.