

L'Amicale des cyclos cardiaques fête ses vingt ans en Sologne

Créée en 1995 à Beaugency par quatre adeptes de cyclotourisme qui ayant eu un accident cardiovasculaire ont voulu montrer qu'ils pouvaient continuer à s'adonner à leur passion malgré leur problème de santé, l'Amicale des cyclos cardiaques a souhaité revenir en région Centre pour fêter son vingtième anniversaire lors du séjour annuel organisé par l'association.

Cent dix personnes, membres de l'association et conjoints, venant de toute la France se sont donc rendu du 5 au 12 septembre au domaine de la Sauldre, pour fêter les vingt ans de leur association lors leur assemblée générale mais aussi profiter des chemins de Sologne pour faire des circuits à vélo de cinquante à cent kilomètres selon les niveaux mais aussi des marches pour les conjoints des membres qui ne sont pas cyclistes. La convivialité était au rendez-vous avec des soirées animées notamment par le groupe Jazz For Fun et les Gais



Bourreyeux d'Menn'tou de Mennetou-sur-Cher.

« Le cadre du centre Vacancier est très agréable, reconnaît André Lavie, président des Cyclos cardiaques. Nous avons eu beau temps et tous ceux qui ne connaissaient pas la Sologne ont apprécié. C'est une région fascinante avec ses étangs et ses forêts et nous avons été très agréablement surpris. Je remercie particulière-

ment Roland Michoux, président du club de cyclotourisme de Salbris qui nous a aidés pour les circuits et qui est venu pédaler avec nous le dimanche et le lundi. Le vélo est très fortement conseillé car il fait travailler le cœur. Nous surveillons bien sûr notre rythme cardiaque et chacun connaît ses limites. Quand il fait beau, c'est un réel plaisir. Bref, notre meilleur médicament, c'est le vélo ! » Après la Sologne cette année, l'Amicale prévoit d'organiser son séjour annuel l'an prochain dans la baie d'Arcachon et en Bretagne pour 2017.

FM

L'amicale des cyclos cardiaques

Fondée par des cyclotouristes ayant eu un accident cardiaque, l'Amicale des cyclos cardiaques qui est membre des fédérations françaises de cyclotourisme et de cardiologie, a une triple mission :

- Rassurer toute personne ayant connu un problème cardiovasculaire
- Témoigner des possibilités de réadaptation qu'offre la pratique régulière et raisonnable d'une activité physique
- Prévenir ceux qui pratiquent un sport de manière intensive qu'ils ne sont pas à l'abri de problèmes cardiovasculaires.

www.cyclocardiaques.org