

Cœur et vélo... quelle santé !

L'amicale des cyclo-cardiaques est une association née en 1995 à l'initiative de cyclo qui ont eu un problème cardiaque.

Cette amicale compte actuellement sur le plan national plus de 230 adhérents de la France et même de Belgique et de tous âges, de 11 à 87 ans.

Elle propose des journées rencontres nationales et des rencontres régionales amicales. Une de ces rencontres régionales s'est déroulée du vendredi 5 au dimanche 7 juin à l'Étoile de la Mer. Des voyages itinérants étaient au programme de ces trois jours : relier Saint-Jean à Granville à vélo le vendredi, samedi direction le Mont Saint-Michel, dimanche un circuit les menant à Lolid et Vains.

Michel Brière, animateur régional, précise : *"la reprise d'une activité physique, notamment le vélo est indispensable et bénéfique pour*



Une trentaine de membres de l'amicale des cyclos cardiaques se sont retrouvés dans la région ce week-end.

les cardiaques. De plus, se retrouver, échanger, conseiller, aider moralement celui que l'alerte cardiaque a traumatisé permet de

reprendre confiance".

Contacts : Site internet : www.cyclocardiaques.org.
Tél. 02 33 65 62 50.