Un pas de géant contre le cancer

Balades Girondines

Objectif : Avec la Ligue contre le Cancer et le Comité Gironde, le club à voulut faire une rando pour interpeller les gens sur la cause « Lutter contre le cancer » et leur faire découvrir la marche pour leur bien-être et leur santé. Le but de cette journée était également en tant qu'association labellisée Santé de mettre en avant les bienfaits de la pratique sportive et notamment la marche et sur la santé.

Description : Dans le cadre de l'évènement "Faisons un pas de géant contre le cancer", le club labellisé santé, a organisé pour la première fois en partenariat avec la ligue contre le cancer et la FFRandonnée Gironde une randonnée douce de 6km, ouverte à un public familial. Les animateurs de notre club, ont créé ce parcours, en milieu péri-urbain de la commune de Lormont. Ils l'ont également encadré en mettant en avant les richesses du patrimoine de cette ville. Cette randonnée a eu pour but : de sensibiliser un large public contre les risques du cancer, de récolter des fonds pour financer la recherche pour lutter contre cette maladie, et de mettre en avant l'activité sportive telle que la marche. En effet, une étude scientifique démontre que l'activité physique peut réduire de 20 % le risque de cancer, dès 30 minutes de marche par jour.

LORMONT

Des balades pour allier bien-être, santé et patrimoine

Dimanche 2 octobre, l'association Balades girondines a organisé une manifestation sportive nommée Un pas de géant contre le cancer, en soutien aux personnes atteintes de cette maladie. Un travail de longue haleine avec les différents services de la Ville pour la logistique et l'aide du comité Gironde de la Fédération française de randonnée pédestre pour la communication.

Deux randonnées de 6 km faciles d'accès, ouvertes à tous publics étaient proposées. 33 participants non licenciés de tout âge dont une famille avec trois enfants ont rejoint les habitués, un plus pour l'association qui tient à inciter le plus grand nombre à marcher avec ses adhérents dont 14 d'entre eux ont participé et encadré bénévolement ces deux groupes.

Une première réussie

Cette première manifestation sportive d'ampleur pour ce jeune club a ravi les participants par sa convivialité, sa richesse de patrimoine à découvrir et la diversité des terrains parcourus. En effet, le tracé des randonnées proposées a permis aux habitants de présents et aux autres marcheurs de découvrir et d'apprécier des sentiers ou chemins qui sont intégrés au Fil vert et au GR métropolitain. Les représentants de la Ligue contre le cancer et du comité, présents sur leur stand ou bien dans les randos, ont aussi été très satisfaits, incitant vivement l'association à renouveler cette expérience l'année prochaine. Balades girondines n'a pas hésité à répondre immédiatement par l'affirmative.

Tout au long de l'année, le club propose aux randonneurs, de plus en plus nombreux, bien-être et santé avec des thématiques (culture, patrimoine, environnement), organisation de randonnées thérapeutiques (obésité, diabète, pathologie stabilisée ou guérie et psychologique) ouvertes au grand public. Mais aussi des sorties gratuites en plaine, sur le littoral et en milieu urbain au programme pour deux heures, une demi-journée ou une journée de marche à allure tranquille à un tarif raisonnable (entre 50 et 60 euros la cotisation).

Georges Bonhoure

Informations et renseignements : baladesgirondines@gmail.com.

Des marcheurs heureux pour des balades girondines maîtrisées. CHRISTINE CROZELLES

CATÉGORIE N°3

Les Trophées des clubs 2021