



Fédération
Française de
Cardiologie

UN CŒUR QUI VA,
LA VIE QUI BAT

LES PARCOURS DU

Cœur

stade de Bachy



Dimanche 18 mai

1er "cross du coeur"

- à 10h, course de 300 m pour les
4 à 7 ans

- à 10h30, parcours de 1 km pour
les 8 à 12 ans

Podium et remise de prix
Collation offerte aux participants

Inscription préalable recommandée en mairie.



ACTIVITÉS PHYSIQUES



ALIMENTATION ÉQUILIBRÉE



ARRÊT DU TABAC



GESTION DU STRESS



GESTES QUI SAUVENT

