Dans le cadre d'Octobre Rose, le Comité Féminin pour la Prévention et le Dépistage des Cancers organise dans les Jardins du Luxembourg sa 4ème édition de l'initiation à la Marche Nordique, en partenariat avec la Fédération Française d'Athlétisme et la Mutualité Française d'Ile-de-France.

Informer et convaincre Cet événement est une occasion unique de rencontre et d'information. La principale mission des Comités Féminins est de convaincre les femmes, toutes les femmes, de l'importance du dépistage organisé et gratuit, tous les 2 ans. Sans oublier de mettre en avant le rôle prépondérant de l'activité physique dans la prévention du cancer du sein.
La Marche Nordique Considérée comme le sport-santé par excellence et s'adressant à tous, la Marche Nordique est une activité non-violente qui fait travailler 80 à 90% de nos muscles en ménageant les articulations. Facile à pratiquer, en ville comme à la campagne, simple d'accès (une paire de baskets et deux bâtons suffisent), la Marche Nordique est vivement conseillée aux femmes qui reprennent une activité physique après 40 ans.
Où et comment ? Dans les Jardins du Luxembourg, les participants s'inscrivent et se munissent de bâtons (prêtés par le fabricant TSL en échange d'une pièce d'identité) et sont ensuite encadrés par les Coach-Athlé de la Fédération Française d'Athlétisme. Chaque participant est aussi invité à tester sa forme physique auprès des animateurs de la Fédération Française EPMM Sports pour tous !
Pour participer (inscriptions gratuites) : - Soit en ligne : www.marchenordiquedescomitesfeminins.com , - Soit sur place le jour même (Jardins du Luxembourg - accès par le 3 rue Guynemer ou le 19 bis rue de Vaugirard - Paris 6ème)

Chaque participant reçoit un tee-shirt dessiné et offert par agnès b. ***Les Comités Féminins*** *Véritables acteurs de prévention depuis plus de 12 ans, les Comités Féminins se mobilisent auprès des femmes pour informer sans terroriser, rassurer sans banaliser et encourager la prévention et le dépistage.*

Pour en savoir plus :
www.comitesdepistagecancers.fr