



Fédération
Française de
Cardiologie

UN CŒUR QUI VA,
LA VIE QUI BAT

LES PARCOURS DU

Cœur



Dimanche 12 Avril 2026

de 8h à 13h

LASSÉРАН RANDONNÉES

14 km : rdv 8h départ 8h30

10 km : rdv 9h départ 9h30

4 km : rando santé et

enfants-parents départ 9h30

5 km : rdv 9h45 départ 10h15

Prise de tension – Gestes qui sauvent

12h: pique nique sur place possible

**Participation : 2€ minimum
au profit de la fédération de cardiologie**

J'aime mon cœur, je participe.

www.fedecardio.org



ACTIVITÉS PHYSIQUES



ALIMENTATION ÉQUILIBRÉE



ARRÊT DU TABAC



GESTION DU STRESS



GESTES QUI SAUVENT

Soutenu par

