



Fédération
Française de
Cardiologie

Association régionale
Midi-Pyrénées

LES PARCOURS DU

Cœur

le
29 mars
2023



ACTIVITÉS PHYSIQUES



ALIMENTATION ÉQUILIBRÉE



ARRÊT DU TABAC



GESTION DU STRESS



GESTES QUI SAUVENT



Escalade, Breakdance

À 18 mois des jeux 2024, la **Fédération Française de Cardiologie** vous propose des initiations aux activités sportives et stands de prévention pédagogiques à l'occasion du **lancement national des Parcours du Cœur !**

Mercredi 29 mars de 14h à 17h

Altissimo

37 avenue de Larrieu

31100 Toulouse

OUVERT A TOUS et GRATUIT

www.midi-pyrenees.fedecardio.org

Soutenu par





AU PROGRAMME

Mercredi 29 mars – de 14H à 17H

Altissimo

37 avenue de Larrieu à Toulouse

- ♥ **Initiation à l'Escalade** – Altissimo avec une monitrice diplômée (*sur pré inscription*)
- ♥ **Initiation au Breakdance** – Break'in School avec un professeur de la Break'in School (*sur pré inscription*)
- ♥ **Démonstration Escalade** – Maëlys Cassan Ambassadrice Altissimo
- ♥ **Ecole Alti'Académie** – démonstration d'escalade enfants
- ♥ **Démonstration Breakdance, Battle party** – Break'in School & BREAKIN KIDS

♥ En présence de ♥

CATHERINE DESTIVELLE « meilleure alpiniste de sa génération »

BREAKIN KIDS champions du monde de breakdance 2022

PASCAL SANCHO guide de haute montagne



- ♥ **Stand prévention santé : rencontre, échange** : évaluer votre **risque cardiovasculaire** avec des cardiologues, information **Gestes qui sauvent**
- ♥ Point Information : **je me teste** pour la santé de son cœur
- ♥ Des gourmandises pour se faire plaisir tout en restant healthy

Comment s'inscrire?



1/ SCANNER LE QR CODE

2/ REMPLIR LES CHAMPS DU FORMULAIRE D'INSCRIPTION

3/ LE JOUR DE L'ÉVÉNEMENT, PRÉSENTER VOTRE MAIL DE CONFIRMATION À L'ACCUEIL