



Fédération
Française de
Cardiologie

À LA RICHE

**Samedi
05 AVRIL
2025**

LES PARCOURS DU

Cœur



ACTIVITÉS PHYSIQUES

3€*

Randonnée du cœur

avec l'association Rando La Riche

8 h 30 Inscription à la Mairie**

8 h 45 à 9 h 30 (9 km – 2 h)

départs en petits groupes

9 h 30 (6.5 km – 1 h 30)

départ 1 groupe

ALIMENTATION ÉQUILIBRÉE

Médiathèque

Participation libre*

14 h à 16 h

Atelier Origami **

ARRÊT DU TABAC

Salle Ronsard

Participation libre*

11 h à 17 h 30

Alimentation, tension artérielle, gestes qui sauvent, tabacologie, planning familial, maladies cardiovasculaires, France AVC37 et ambulance

En vente*

Billetterie concert des Chœurs / Buvette

GESTION DU STRESS

Exposition photos

« Ma photo contre la maladie » de G. Livernette

19 h La Pléiade

GESTES QUI SAUVENT

Suivez-nous sur   La Riche de Cœur

www.larichedecoeur.fr

*Tous les bénéfices seront entièrement reversés à la Fédération Française de Cardiologie

**Selon les places disponibles

Centre social Equinoxe

en partenariat avec la quinzaine de la parentalité

Activités détaillées sur leur programme.

15 h à 16 h Atelier yoga parents - enfants** avec

l'association Graines de Rainette

(participation libre)

Parvis médiathèque et Esplanade

en partenariat avec la quinzaine de la parentalité

Activités détaillées sur leur programme.

14 h à 16 h : Défis sportifs avec l'USEP, l'UST Rugby, Zumba / Jeux

Résidence du Lorier

Participation libre*

9 h à 10 h et 10 h 30 à 11 h 30 Gym douce **

14 h à 16 h Initiation calligraphie / Jeux **

16 h à 17 h Atelier chant **

avec Bastien du Chœur Febvotte

En vente de 9 h à 17 h*

Créations artisanales /

Atelier « crée ton bracelet ou ton marque-page » (3€*)

Billetterie concert des Chœurs / Buvette

Concert des Chœurs pour le Cœur

Participation libre*

20 h La Pléiade

Choréa, Quatuor du Cœur

Les Salanganes, Chœur Febvotte

En vente* dès 19 h

Billetterie sur place / petite buvette

Créations artisanales



J'aime mon cœur, je participe.

www.fedecardio.org



Soutenu par

