

Les Parcours du Cœur, c'est bouger tous ensemble une fois par an pour se donner envie de le faire tous les jours de l'année

# LES PARCOURS DU Cœur

ANTIBES  
PLACE DES MARTYRS DE LA RESISTANCE

24 MAI  
9h30 - 17h

24 AVRIL

sur mon cœur

🕒 09h30 à 17h00  
📍 Place des Martyrs de la Résistance  
Antibes

SPORT

## Les parcours du Cœur

 AJOUTER À MON CALENDRIER

Le Club cœur et santé d'Antibes-Juan les Pins organise la journée "Parcours du cœur" le samedi 24 mai. Cette année, "Le Parcours du Cœur" fête son 50ème anniversaire. Lors de cette journée, venez découvrir différentes activités : pilâtes, marche, marche nordique, gymnastique douce, stretching, yoga, danse en ligne, démonstration de danses de salon et de country. Venez aussi rencontrer différents acteurs du bien-être santé : atelier diététique, les pompiers et les gestes qui sauvent, différents services de l'Hôpital d'Antibes pour vérifier la tension, la glycémie ...



Accès libre de 9h30 à 17h30 Place des Martyrs de la Résistance  
Infos + : [antibescoeuretsante@gmail.com](mailto:antibescoeuretsante@gmail.com) ou 07 61 01 09 00

Fédération Française de Cardiologie | UN CŒUR QUI VA, LA VIE QUI BAT | 50<sup>e</sup> anniversaire

Les Parcours du Cœur, c'est bouger tous ensemble une fois par an pour se donner envie de le faire tous les jours de l'année !

# LES PARCOURS DU Cœur

ANTIBES  
PLACE DES MARTYRS DE LA RESISTANCE

24 MAI  
9h30 - 17h

- Je fais le point sur mon cœur**
  - Prise de tension
  - Dosage glycémie
  - Conseils
- Je m'informe**
  - Diététique
  - Les gestes qui sauvent
- Je bouge**
  - Marche
  - Gym
  - Yoga
  - Pilates
  - Danse en ligne

**REJOIGNEZ-NOUS !**

Club Cœur et Santé Antibes  
07 61 01 09 00  
[antibescoeuretsante@gmail.com](mailto:antibescoeuretsante@gmail.com)

**J'aime mon cœur, je participe**



