



Fédération
Française de
Cardiologie

UN CŒUR QUI VA,
LA VIE QUI BAT

LES PARCOURS DU

Cœur



L'Amicale des Baliseurs et Randonneurs du Gapençais propose le

DIMANCHE 2 AVRIL 2023

Trois circuits au départ du Parking Charance - GAP

- Circuit « **Bons marcheurs** » Départ à **8h30** - Temps de marche : 2h30 env
- Circuit « **Marcheurs** » Départ à **9h** - Temps de marche : 2h env
- Circuit « **Familles – Enfants** » Départ à **10h** – Temps de marche : 1h env

Nouveautés :

- **9h30** Marche nordique
- Démonstration de danse en ligne avec Danse & CO

A **12h30** : Apéritif pour tous offert par la Ville de Gap

Et pour tous ceux qui désirent prolonger ce moment de convivialité et de solidarité, le **repas tiré des sacs** permettra de profiter pleinement du site.
(En cas de mauvais temps une salle du Château sera mise à disposition)

A disposition : Informations concernant la **prévention** des maladies cardiovasculaires, **initiations au massage cardiaque** externe et utilisation du défibrillateur (pompiers du SDIS).

Participations de médecins cardiologues et informations par les associations pour le don du sang et dons d'organes

Renseignements **06.20.03.17.49** ou **06.64.01.76.74**

J'aime mon cœur, je participe.

www.fedecardio.org

Soutenu par

