



Fédération  
Française de  
Cardiologie

UN CŒUR QUI VA,  
LA VIE QUI BAT

# LES PARCOURS DU

# Cœur

à Seclin



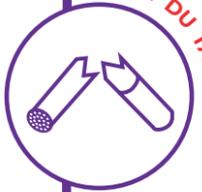
**Vendredi 25 avril 2025**



ACTIVITÉS PHYSIQUES



ALIMENTATION ÉQUILIBRÉE



ARRÊT DU TABAC



GESTION DU STRESS



GESTES QUI SAUVENT

• **DRÈVE : RANDONNÉE AUX ABORDS DU CANAL ET VOIE VERTE**

**4,5 km / 5,4 km / Primaire :**

(Écoles Paul Langevin, Jules-Verne, Paul-Durot et Adolphe-Dutoit et Immaculée Conception)

**Accueil : 9h15 / Départ : 9h30**

**2,5 km / Maternelle :**

(Écoles Jacques-Duclos, Louise-Michel et Marie-Curie)

**Accueil : 9h30 / Départ : 9h45**

• **RENDEZ-VOUS AU COMPLEXE SPORTIF PAUL DUROT**

**Ateliers sportifs et de motricité :**

École Durot Maternelle et 3 classes de l'Immaculée Conception :

**Accueil: 9h15 à 10h15 (Arrivée 9h)**

École Durot La Fontaine et 3 classes de l'Immaculée Conception :

**Accueil: 10h30 à 11h30 (Arrivée 10h15)**

**Crèche : 9h -11h**



**PRENDS  
TA GOURDE !**



**Club Cœur et Santé  
de SECLIN**

