

Fit Days : donner des envies de triathlon

Publié le 21/06/2018 à 04:55 | Mis à jour le 21/06/2018 à 04:55



Alors que la température a (enfin) grimpé hier, les jeunes participants ont adoré plonger dans la piscine installée au bas de la Brèche par l'association Tigre. Une idée à suivre, non ?

© Photo NR

Promouvoir le triathlon et ses déclinaisons (natation, cyclisme et course à pied), telle est l'ambition des Fit Days dont une première édition s'est déroulée hier place de la Brèche. Applaudie par la Ville, organisée par l'association grenobloise Tigre (Triathlon international de Grenoble), sponsorisée par la MGEN (et une flopée de marques), cette manifestation propose au jeune public de s'essayer à cette discipline dans des épreuves adaptées : vingt mètres de natation, un kilomètre de VTT et 250 mètres de course à pied. « Ça paraît peu mais ça demande un véritable effort », sourit Carole Vialat, enthousiaste créatrice de ce rendez-vous qui sillonne la France depuis cinq ans, pour faire bouger la jeunesse en donnant des envies de sport aux 5-12 ans.

En marge des épreuves sportives, récompensées par des médailles, les jeunes concurrents ont eu accès à des stands dédiés au bien-être, à l'importance de bien se nourrir...

En fin de journée, enfants et parents ont été invités à disputer des épreuves communes.

Les organisateurs ont compté plus de six cents jeunes participants.

www.fitdays.fr

Fitdays, challenge de la forme

Pour la première fois en Deux-Sèvres, les Fitdays, challenge de la forme, font étape à Niort, place de la Brèche transformée en village de jeux, ce mercredi toute la journée. La Ville de Niort et la MGEN se sont associées pour accueillir cette manifestation nationale destinée à promouvoir l'activité physique pour tous et à améliorer sa santé. Le matin, plusieurs classes de Niort participeront à des ateliers pédagogiques et sportifs. De 13 h à 19 h, le village sera ouvert à tous gratuitement avec des ateliers sur l'alimentation, la sécurité routière, les déchets, les gestes qui sauvent, les risques solaires, la cité idéale... A partir de 18 h, un relais du cœur permettra à un enfant de plus de 5 ans en binôme avec un adulte de réaliser un triathlon adapté en nageant 20 m dans une piscine et en faisant 250 m à VTT, l'adulte courant sur 1 km. Des tee-shirts, des VTT et des lots par tirage au sort parmi les enfants seront mis en jeu.

www.fitdays.fr